COSMO Decembrie 2016

X-MAS BONUS: CE CUMPERI & CE DĂRUIEȘTI DE SĂRBĂTORI!

COSMOPOLITAN

ECHITATE ÎN TENDINȚE

Ascensiunea lookului UNISEX (p.70)

ACTIVIȘTI PENTRU O LUME MAI BUNĂ

Află cine a susținut progresul social în 2016

LOVE STORY

Despre narcisism în era internetului

162 ACCESORII & ITEMURI FESTIVE

+ Cele mai sexy machiaje de party

Chrissy Teigen

De ce e HOT să fii măritată cu John Legend

MMM...

Avem rețeta de turtă dulce cu chipul lui Drake!

Mitul hoatei de bărbați

ADEVĂRATELE motive pentru care EL își distruge căsnicia

SEDUCĂTOARE • PUTERNICĂ • FEMININĂ

BURDA ROMÂNIA

NR. 12 (202/2016)

FOLLOW US @FOSSIL
#FOSSILSTYLE

FOSSIL

be in time
time for fashion
WWW.BB-SHOP.RO

#GiveBrilliant

WITH THE CHRISTMAS COLLECTION
DISCOVER MORE AT SWAROVSKI.COM

*Incepand de la 310 RON**

KARLIE KLOSS
* Pret cu amănuntul recomandat

Vodafone RO
15:55
HUAWEI
Vodafone
Power to you

facebook nelimitat

Pe toată durata contractului în Supernet™ 4G+

Huawei Y5 II 0€

Vodafone Tab Mini 7" AVANS 0€

Două smartphone-uri și o tabletă incluse cu pachetul **SUPER RED TRIO 39**

nelimitat

Ofertă valabilă până la 31 decembrie 2016, cu posibilitatea de prelungire, în limita stocului disponibil, pentru pachetul Super RED Trio 39 (39 EUR/lună), compus din 3 abonamente de servicii și terminalele prezentate. Oferta Facebook și Social Media - Trafic național de internet nelimitat pe aplicațiile și website-urile de socializare, pentru 24 de luni. Detalii și lista actualizată de aplicații pe www.vodafone.ro

#cometogether
Magazin online pe hm.com

Pulover tricotat
89,90 LEI
H&M

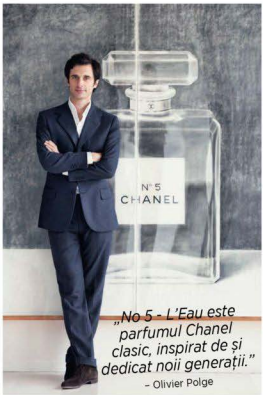
„No 5 mi se potrivește deoarece este cald și primitor... ca un răsfăț."

CHANEL No 5 L'EAU, PARFUMUL NOII GENERAȚII

Noul parfum al casei **Chanel**, **No 5 L'Eau**, a cărui ambasadoare este răpitoarea **Lily-Rose Depp**, surprinde esența unei noi generații.

MUZA

Elegantă și extravagantă, artistă și muză, vulnerabilă și invincibilă, într-un cuvânt, eclectică, Lily-Rose Depp este o întruchipare a acestor paradoxuri, subliniind ideea că în fiecare femeie sălășluiește o tânără rebelă și că femeia CHANEL se află în fiecare tânără, așteptându-și împlinirea. Mottoul ei, „You know me and you don't", surprinde exact această dualitate, manifestată și în formula parfumului, al cărui miros ți se pare cunoscut, dar totuși parcă-i nou.



PARFUMUL

Savuros și proaspăt, gratie notelor suculente de citrice (lămâie, neroli, portocale și mandarine), senzual și catifelat în acorduri de ylang-ylang, dulce și vibrant datorită combinației între cedru și mosc alb, noul No 5 – L'Eau este un parfum limpede precum cristalul, făcându-se simțit ca o briză delicată. Formula reinventată de parfumierul Chanel, Olivier Polge, respectă cu devotament principiul ce asigură caracterul etern al parfumului No 5: modernitatea. Multe dintre notele variantei originale se regăsesc în formula L'Eau, de unde și senzația pe care o ai atunci când îl simți prima oară: îți amintește de ceva, dar parcă e altfel. Îl știi, și... totuși nu-l știi!

FILMUL

Scurt și cuprinzător, derulând cu repeziciune decoruri și roluri multiple, filmul țintește clar modul actual în care omenirea consumă imaginea. Creat de Johan Renck, o somitate în domeniul producțiilor video muzicale, clipul nu urmărește o linie narativă liniară, însă reușește să decupeze frânturi de poveste ce creează o lume, un spirit, o identitate. O reflexie a vieților noastre.

ROLUL PREFERAT

Dintre toate rolurile interpretate de Lily, favoritul ei este...

„Cel în care mă distrez cu microfoanele, când părul meu este cârlionțat și mă joc de-a cântăreața. Nu mai am așa o dorință aprinsă să fiu cântăreață în viața reală, dar a fost amuzant să fiu una «pretinsă»..."

#YOUKNOWMEANDYOUDONT

„E ceva ce chiar și eu aș putea spune și chiar spune totul despre mine. A trebuit să învăț foarte devreme să fac față opiniei publice. Eram în social media la o vârstă foarte fragedă, deci oamenii au impresia că știu cine sunt eu. Dar nu e așa. Sunt o persoană foarte secretoasă, foarte discretă...

Să spunem că sunt o altă persoană în viața reală. Asta e valabil pentru toată lumea, nu-i așa? Am fost foarte prezentă în social media la început, dar acum posturile mele sunt mai mult despre muncă. Din ce în ce mai mult, vreau să-mi țin viața pentru mine. Sunt o tipă de casă. Nu prea ies... ăsta e adevărul." – Lily-Rose Depp

Bucuria DE A DĂRUI

Descoperă luminozitatea unui peisaj alb delicat, Magia Crăciunului și frumusețea cosmică a unei galaxii argintii cu cea mai recentă colecție de Crăciun de la **PANDORA**.

SĂRBĂTOREȘTE UN SEZON MAGIC cu noua colecție de Crăciun de la PANDORA, în care texturile complementare și jocurile de lumini extraordinare oferă strălucire constelațiilor și modelelor de gheață în moduri inovatoare, care îți taie răsuflarea.

PERLE LUMINOASE

Asemenea unei raze de lună, perlele luminoase de cultură combinate cu pietre sclipitoare evocă o senzație de sofisticare atemporală, prin strălucirea lor fină, inspirând spre individualitate și exprimarea stilului personal.

CRISTALE CU MODELE ARTISTICE inspirate din peisaje acoperite de gheață împodobesc inele, cercei și talismane, simbolizând momentele de neuitat și valorile personale.

LITTLE PRECIOUS

Elementele miniaturale Christmas Wonder Petites – mai exact, cele trei talismane de mici dimensiuni ce se regăsesc în pandantivul Medalion Plutitor de la PANDORA – reprezintă un cadou plin de semnificație, ideal pentru Crăciun.

FINISATE MANUAL

Realizate din argint, email colorat și pietre lucitoare, bijuteriile PANDORA amplifică bucuria de a dărui, devenind cadouri perfecte de Crăciun.

MAGIA CRĂCIUNULUI

Reamintind de ornamentele decorative, seria Magia Crăciunului cuprinde bijuterii fațetate, împodobite cu pietre sclipitoare, simboluri de sărbătoare și talismane strălucitoare, în forme specifice sezonului, oferind nenumărate moduri de a crea combinații unice, specifice PANDORA.

COSMOPOLITAN

Trimite un e-mail la **cosmopolitan@burda.ro** și ia-ne la întrebări!

N°5 e parfumul unic al Casei Chanel. Astăzi, de la clasicele câteva picături pe care Marilyn Monroe le recomandă ca fiind singurul lucru de care ai nevoie pentru a te simți frumoasă, buchetul a fost reinterpretat dându-i-se un nou echilibru al prospețimii și fiind dedicat generației mileniale. N° 5 - L'Eau de la Chanel are ritmul conexiunilor de mare viteză, realitatea imediată a Instagramului și probabil comunică pe Snapchat. Asta este noua eră a parfumurilor!

REDACTOR-ȘEF: **Diana Colcer**
ART DIRECTOR: **Cristina Ion**
MANAGING EDITOR: **Teodora Tircă**
REDACTOR COORDONATOR: **Roxana Dobriță**
CONTRIBUTORS:
BEAUTY DIRECTOR: **Ana-Maria Prunariu**
FASHION DIRECTOR: **Amir Doboș**
FASHION EDITOR: **Anca Stăruială**
REDACTORI: **Alina Aliman, Mihai Scarlat, Vlad Tăușance, Ioana Verioti**
CORECTURĂ: **Luminița Georgescu**
FOTO: **Tibi Clenci, Victor Oancea**
CREDITE: **Gill Pringle, Pavel Havlicek, Kristen Ingersoll, Lauren Panariello, Rose Marie Walano, Courtney Rubin, Logan Hill, Taffy Brodesser-Akner, Marissa Gainsburg, Ashley Ross, Jessica Girdwain, Sara Stewart, James Worthington Demolet, Liz Plosser, Loni Albert, Chelsea Handler, Shelly Vella, Peter Pedonomou**

Revista **COSMOPOLITAN** este publicată de **BURDA ROMÂNIA**
Ne puteți scrie pe adresa: Bd. Decebal nr. 25-29, Olympia Tower, etaj 4, sector 3, București, Cod Poștal 030964
E-mail: cosmopolitan@burda.ro
Tel.: 037 210 60 00; **Fax:** 021 311 35 87
Abonamente tel.: 037 210 60 00; 021 311 35 87 (abonamente@burda.ro)

BurdaInternational RO

ADMINISTRATOR: Sandrin Apostoloiu
PUBLISHER: Daniel Secărea
EDITORIAL DIRECTOR: Susana Pletea
FINANCIAL DIRECTOR: Ioana Caloian
GROUP MANAGER ADVETISING: Florentina Păuna-Lauda
ADVERTISING SALES MANAGER: Maria Burnea
MARKETING & COMMUNICATIONS DIRECTOR: Alina Gavrilă
CHIEF DIGITAL OFFICER: Daniel Secăreanu
FOTOEDITOR: Ovidiu Nuță TIPOGRAFIE: Tipărit la Radin Print, prin reprezentantul exclusiv pentru România 4 Colours **www.4colours.ro** 4 Colours
DISTRIBUȚIE: **Burda România** distrib@burda.ro
ISSN: 1583-6509

INTERNATIONAL AD SALES REPRESENTATIVES
SUA HEARST ADVERTISING WORLDWIDE US **Jeannette Chang** jchang@hearst.com ITALIA, BURDA INTERNATIONAL **Mariolina Siclari** mariolina siclari@burda-vsg.it GERMANIA, BURDA COMMUNITY NETWORK **Michael Neuwirth** michael.neuwirth@burda.com **Vanessa von Minckwitz** vanessa.vonminckwitz@burda.com AUSTRIA/ELVEȚIA, BURDA COMMUNITY NETWORK **Goran Vukota** goran.vukota@burda.com FRANȚA/LUXEMBURG, BURDA COMMUNITY NETWORK **Marion Badolle-Feick** marion.badolle-feick@burda.com UK/IRLANDA, BURDA COMMUNITY NETWORK **Jeannine Soeldner** jeannine.soeldner@burda.com CANADA/MEXIC, BURDA COMMUNITY NETWORK **Salvatore Zammuto** salvatore.zammuto@burda.com

HEARST INTERNATIONAL
PRESIDENT/CEO: Duncan Edwards SENIOR VICE PRESIDENT/CFO AND GENERAL MANAGER: Simon Horne SENIOR VICE PRESIDENT/DIRECTOR OF LICENSING AND BUSINESS DEVELOPMENT: Gautam Ranji SENIOR VICE PRESIDENT/ INTERNATIONAL PUBLISHING DIRECTOR: Jeannette Chang SENIOR VICE PRESIDENT/ EDITORIAL DIRECTOR: Kim St. Clair Bodden EXECUTIVE DIRECTOR/EDITORIAL: Astrid O. Bertoncini CREATIVE DIRECTOR: Peter Yates FASHION/ENTERTAINMENT DIRECTOR: Kristen Ingersoll INTERNATIONAL EDITIONS EDITORS: Jacquelyn Galgey and Shahrzad Golchin EDITOR-IN-CHIEF, COSMOPOLITAN (1965-1997): Helen Gurley Brown

Editor, Argentina: María José Grillo **Editor Australia:** Claire Askew Editor**, Brazil:** Cristina Naumovs **Editor, Britain:** Farrah Storr **Bulgaria Editor, Chile:** Ignacia Uribe **Editor, China:** Yvonne Liu **Editor, Croatia:** Aleksandra Orlić **Editor, Czech Republic:** Sabrina Karasova **Editor, Finland:** Stina Mantyniemi **Editor, France:** Marie La Fonta **Editor, Germany:** Anja Delastik **Greece Editor, Hong Kong:** Ruqiyah Law Kam Ying **Editor, Hungary:** Johanna Sabján **Editor, India:** Nandini Bhalla **Editor, Indonesia:** Filisya Thunggawan **Editor, Italy:** Francesca Delogu **Editor Kazakhstan:** Aziza Yesmaganbetova **Editor, Korea:** Hyun Joo Kim **Latin America Latvia Editor, Lithuania:** Violeta Kalikauskiene Malaysia **Editor, Middle East:** Brooke Dallow **Mongolia Editor, Netherlands:** Anne Marije de Vries Lentsch **Editor, Philippines:** Myrza Sison **Editor, Poland:** Hanna Wolska **Editor, Portugal:** Sandra Mauricio **Editor, Russia:** Polina Sokhranova **Editor, Serbia:** Nasja Veljkovic **Editor, Slovenia:** Manca Čampa Pavlin **South Africa Editor, Spain:** Ana Ureña **Editor, Sri Lanka:** Trevina Abeyesundere **Editor, Turkey:** Ozlem Kotan **Editor, Ukraine:** Oleksandra Burynska **Editor, USA:** Michele Promaulayko

© Copyright THE HEARST CORPORATION
Toate drepturile asupra revistei **COSMOPOLITAN** aparțin Burda România. Reproducerea integrală sau parțială a textelor sau a ilustrațiilor din orice ediție a revistei **COSMOPOLITAN**, românească sau internațională, este posibilă numai cu acordul prealabil scris al Burda România. Pirateria intelectuală se pedepsește conform legii. Fotografiile modelelor care apar în **COSMOPOLITAN** au rol strict vizual; **COSMOPOLITAN** nu își asumă sub nicio formă implicarea modelelor respective în subiectele articolelor pe care le ilustrează.

SNA BRAT
Revista COSMOPOLITAN este auditată BRAT în perioada ianuarie - martie 2015.
Publicație ce beneficiază de rezultate de audiență conform SNA măsurate în perioada februarie 2013 - februarie 2015.

FOTO: MAURIZIO SAPIA.

GUESS.COM
ART DIR: PAUL MARCIANO PH: DAVID BELLEMERE © GUESS?, INC. 2016
GUESS
HAILEY BALDWIN
BUCURESTI CLUJ TIMISOARA

DECEMBRIE 2016

Titluri pe copertă

44 162 accesorii și itemuri festive + cele mai sexy machiaje de party.
70 Echitate în tendințe. Ascensiunea lookului unisex.
88 Activități pentru o lume mai bună. Află cine a susținut progresul social în 2016.
92 Love story. Despre narcisism în era internetului.
96 Mitul hoaței de bărbați. Adevăratele motive pentru care EL își distruge căsnicia.
104 De ce e hot să fii măritată cu John Legend.
135 Mmm... Avem rețeta de turtă dulce cu chipul lui Drake.

FOTOGRAFII: JAMES WHITE
STILISM: JAMES WORTHINGTON DEMOLET
Chrissy poartă: Salopetă, Naeem Khan. Brățară, Jennifer Fisher. Inel (pe mâna stângă), din garderoba personală a lui Chrissy.

BUZZ

23 Happy Holybaes! Cei mai hot tipi fără tricou.
24 20 de motive să-ți placă luna asta.
26 Feminista lunii: Marion Cotillard.
28 Confesiuni. Jumătatea mea sunt eu.
30 COSMO Guy: Matty Healy.

STYLE

32 Creează-ți un stil personal unic.
48 Top 10 party shoes.
50 Îmbracă-te pentru jobul mult visat.
52 Perlele, un accesoriu atemporal.
54 Outfituri fashion pentru clădiri cu istorie.
56 4 moduri de a purta haina din blană.

BEAUTY

59 Frumusețe festivă.
60 Dark secrets.
64 ManiFEST. Unghii memorabile.
66 Secretul părului sănătos.
68 Poate machiajul să te facă mai eficientă la job?
77 Frumusețe pentru el.
78 Cum îți ascunzi petele pigmentare.
79 Dulcețuri accesibile de sezon.
82 Cele mai hot știri de frumusețe.

#SELFIE

85 Intră în spiritul Sărbătorilor.
86 Cele 12 adevăruri ale Crăciunului.

LOVE BITES

95 Super sex facts.
100 Dragoste sau dorință?
102 Manthropology.

FEATURES

108 Lean In.
118 Modern Romance.

SUPERBODY

129 Secretele dietei 5:2.
130 Yoga poate fi fun.
132 Învinge virusul în 24 de ore.
133 Body news. Ca să fii mai sănătoasă, mai fericită.

FREESTYLER

140 Read it! Noutăți de sezon.
144 COSMO quiz: Te distrezi suficient?
146 Întrebarea lunii.

RUBRICI PERMANENTE

18 Editor's note.
20 Dragă COSMO... Scrie-ne!
142 Horoscop.
145 Adrese. Harta ta de shopping.

FOTO: TIBI CLENCI, PR.

Dior
j'adore
FEMININITATEA ABSOLUTĂ

Un Grinch se distrează mai bine

Decembrie, cea mai aglomerată perioadă din an, este luna în care, paradoxal, îmi vine cel mai greu să intru în spiritul darnic și iertător al Crăciunului. Poate fiindcă această entitate stridentă, pofticioasă și enervant de jovială nu vine la pachet împreună cu un Nurofen, ci cu zeci de deadline-uri și „elfi" intransigenți. Cadourile, firește, nu se materializează singure în ciorapi, iar cei dragi — dacă îi ai și nu te prind Sărbătorile simțindu-te singură, ridicolă și ușor supraponderală, precum Bridget Jones — au ca unică misiune să te (re)aducă pe culmile disperării. Dacă nu ai un iubit, li se face milă de tine sau te privesc cu suspiciune; dacă te-ai logodit, îți povestesc cu entuziasm despre rata divorțurilor în mediul urban. În ambele cazuri, primești cadou premiul de consolare: cel mai urât pulover de sezon. Cum mă îndoiesc că sunt eu singurul Grinch de-aici, anul ăsta îți propun să încalci tradiția și să tratezi aceste stresuri tipice pentru perioada Sărbătorilor cu cea mai disprețuitoare indiferență. **1)** Sub privirile șocate ale lui Jamie Olivier, care te mustră dezamăgit de pe coperta cărții de bucate pe care n-ai deschis-o niciodată, vei renunța la cina cu 5 feluri de mâncare pe care te gândești s-o organizezi. **2)** Vei refuza să porți tolul festiv cu reni și săniuțe tricotat de mătușa Rodica; vei îmbrăca, în schimb, cea mai sexy rochie propusă de COSMO în paginile următoare. **3)** Poate nu reușești să te sustragi de la petrecerea firmei, dar poți să te fofilezi când se pune problema să îl cari după tine în oraș pe nesuferitul verișor Georgică. În rest, dăruiește cadouri „reciclate", nu mai ține niciun fel de dietă și abține-te de la a mai trimite rudelor felicitarea de tipul „ce viață perfectă am" — oricum, nimănui nu-i pasă! Sărbători fericite!

Scrie-mi pe: diana.colcer@burda.ro
Urmărește-mă pe Instagram: @dianacolcer

Diana

FOTO: BEN GOLDSTEIN/STUDIO D

Pentru doza ta zilnică de COSMO...
Intră pe: www.cosmopolitan.ro **Dă-ne like pe Instagram:** @cosmopolitanromania, **Facebook:** www.cosmopolitan.ro **și Snapchat:** cosmopolitanro

WONDER
XMAS

Vizual non contractual. © Sephora 2016

Sephora Geometricolor Palette – 184 lei
Paleta de machiaj cu 130 de culori.
În limita stocului disponibil.

magazin online
www.sephora.ro

SEPHORA
WHERE BEAUTY BEATS

Dragă COSMO

The new Zooey

Am fost încântată atât de coperta cu Zooey Deschanel, cât și de interviul exclusiv cu ea. Mi-a făcut mare plăcere să o descopăr din postura de mamă și m-a emoționat să constat cu câtă bucurie și entuziasm vorbește despre fiica sa. Zooey este o femeie uimitoare și o apariție incendiară, care surprinde de fiecare dată prin grație și autenticitate. Un articol electrizant, care m-a umplut de bucurie! — DIANA

Pusă în așteptare

Mi-a plăcut articolul *Noul trend care-ți pune în pericol iubirea*. E adevărat că uneori facem alegeri greșite în iubire. O fi termenul „benching" unul nou, însă persoanele care obișnuiesc să pună în așteptare alte persoane cu gândul că poate da, poate nu, există de când lumea. Am fost prinsă într-o astfel de relație nesănătoasă, care m-a secătuit de energie mai bine de 3 ani. Prin urmare, am rezonat întru totul cu rândurile articolului din COSMO. Nimeni n-ar trebui să se irosească într-o astfel de relație fără viitor, care îți răpește momente importante din viață. — PAULA

Salvează iubirea

Cele 5 verbe care îți vor schimba relația, acesta a fost articolul care mi-a arătat cât de important este să urmăm câteva reguli de bază într-o relație, pentru a putea fi fericiți. Să dăruim, să primim, să luăm, să refuzăm și să ne jucăm. Citind sfaturile din acest articol, am înțeles că de multe ori am abordat relația de cuplu din unghiuri greșite, și dacă îmi doresc să o îmbunătățesc trebuie să încep prin a schimba anumite lucruri. Un articol grozav, numai bun de reaprins flacăra pasiunii în relația de cuplu. — NADIA

Noul trend al cunoașterii

Mi-a plăcut foarte mult subiectul articolului *Skills Swap, cel mai important trend al cunoașterii*. E prima dată când aud de această nouă modalitate de schimb de cunoștințe între oameni din diverse domenii, care îți permite să ieși din zona de confort și să înveți lucruri noi. Am fost atât de încântată de ideea acestui articol, încât am și organizat o seară de Skills Swap alături de prieteni, care au adus alți prieteni de-ai lor, și îți mărturisesc că ne-a ieșit foarte bine! Ne-am distrat copios și, totodată, am învățat lucruri noi. Eu am învățat să fac săpunuri bio și le-am oferit altora la schimb lecții de gătit. Mulțumesc pentru toate ideile nemaipomenite pe care mi le oferi! — RAMONA

Fii o învingătoare!

Nu e ușor să aleg un articol preferat, pentru că ești preferata mea întru totul, cu fiecare pagină în care mă răsfeți și mă încurajezi ca o prietenă bună. Și totuși, după ediția trecută, gândul mi-a rămas la articolul *Psst! Nu te îngrijora, ești o învingătoare*, în care m-am recunoscut pe deplin. Am înțeles că succesul este, înainte de toate, un concept flexibil, un sinonim al împlinirii și al fericirii proprii, dincolo de orice rețete prefabricate. Îți mulțumesc pentru toate sfaturile tale minunate! — MAGDALENA

PREMIU luna decembrie

Spune-ne părerile tale despre ediția noastră de decembrie și te premiem cu un parfum special! Emanuel Ungaro a știut întotdeauna cum să surprindă esența Divei, o personalitate magnetică cu o libertate extraordinară și un gust personal elegant. La Diva este un parfum captivant, o sclipire luminoasă cu o senzualitate subtilă. O textură gurmandă ce dezvăluie un cocktail de fructe din pere și zmeură, completată de nuanțe vibrante de piper roz și aroma intensă de miere și paciuli.

Spune-ne ce ți-a plăcut (sau nu), ce articol ți-a mers la suflet! Adresa noastră este aceasta: *cosmopolitan@burda.ro*. Mesajele cele mai interesante vor fi răsplătite!

Atenție: impresiile tale despre COSMO decembrie ar putea fi publicate în ediția de ianuarie 2017 dacă ajung la noi până la data de 5 decembrie. Verifică și, dacă ești câștigătoare, revendică-ți premiul pe adresa de email a redacției: *cosmopolitan@burda.ro*, în termen de 30 de zile de la apariția revistei.

Regulamentul de concurs este disponibil pe www.burda.ro.

BOURJOIS
PARIS

NOUA
MASCARA VOLUME REVEAL

OGLINDĂ CARE MĂREȘTE & PERIE CE DEFINEȘTE GENELE
=
VOLUM FIECĂREI GENE
FĂRĂ EXCEPȚIE

BOURJOIS CREEAZĂ
NOUL RITUAL
PENTRU VOLUM INTENS

Bourjois.Romania bourjois_romania

ACUM LA ORICE PUNCT DE DIFUZARE A PRESEI!

WWW.COSMOPOLITAN.RO
FACEBOOK.COM/WWW.COSMOPOLITAN.RO
INSTAGRAM.COM@COSMOPOLITANROMANIA

O REVISTĂ EDITATĂ DE
BurdaInternational RO

The BUZZ

MR. DECEMBRIE

HAPPY HOLIBAES

Consideră această colecție de tipi hot cadoul nostru pentru tine. Sărbători așa cum ți le dorești de la cei mai buni bărbați ai anului! (Știm, nu trebuia.)

DECEMBRIE

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

FOTO: GETTY IMAGES, SPLASHNEWS, IMAGE FORUM.
Text: Roxana Costin

20 MOTIVE SĂ-ȚI PLACĂ LUNA ASTA

1 TRECI ÎN LIGA PROFESIONIȘTILOR într-ale fotografiei cu noua geantă pentru camera foto „Scout" by Michael Kors x Fujifilm Instax Mini 70, 130 euro, disponibilă în două mărimi și trei culori: maro, roșu și negru.

2. HIDRATARE SELECTĂ grație sticlei în ediție limitată Evian x Casa Christian Lacroix, creată pentru a sărbători cea de-a zecea aniversare a colaborărilor Evian. Modelul este disponibil în două nuanțe, roz sau bleu, și în două mărimi, 75 cl în recipient de sticlă și 0,5 l în varianta laminată, în premieră.

3. MERGI PE NUANȚE LANGUROASE alegând un ruj somptuos din noua colecție M.A.C semnată de Mariah Carey. Și nu uita să te uiți la noul ei serial documentar, *Mariah's World*, care se lansează pe 4 decembrie pe E!.

4. SĂNĂTATE SEXUALĂ. Pe 1 decembrie e World AIDS Day și acum și tu poți contribui la strângerea de fonduri pentru ajutarea celor suferinzi, achiziționând acest inel simpatic, creat de Solange Azagury-Partridge (100 $, *red.org*).

5. ȚINUTĂ DE PARTY. Știu, nu e nimic mai greu decât să-ți alegi rochia pentru Revelion dintr-o mie de opțiuni. Nouă ne plac variantele senzuale, semnate MANURI (rochie MANURI Karin, 1.675 lei).

6 VIN SĂRBĂTORILE, așa că sigur ai nevoie de inspirație pentru decorarea casei. Nouă ne place această ghirlandă luminoasă cu becuri transparente, Design & After, 112 lei, pentru că e minimalistă și caldă în același timp.

7. COCKTAILUL LUNII. Feliz Navi-Toddy este un deliciu pe care-l poți prepara și tu la tine acasă. Ingredientele pe care trebuie să ți le procuri sunt următoarele: 60 ml lichior sau tequila cu aromă de espresso, 30 ml ciocolată caldă și un pic de frișcă și mentă. Poftă bună! O încântare pentru papilele tale gustative!

8 URMĂREȘTE prezentarea de modă Victoria's Secret (live pe 5 decembrie) și vezi care-s ingredientele care duc lenjeria intimă la un alt nivel.

9. GĂSEȘTE MĂRIMEA PERFECTĂ grație celor două noi stiluri de jeanși Levi's 501 stretch, customizați de nimeni alta decât Chiara Ferragni (150 dolari, *levi.com*)

FOTO: PR, INSTAGRAM, JEFFREY WESTBROOK/STUDIO D, BEN GOLDSTEIN/STUDIO D, GETTY IMAGES
Text: Roxana Dobrita

10

STRĂLUCIRI NOCTURNE. Noua paletă de farduri de ochi Chanel Libre, 80 dolari, vine la timp ca să-ți asigure cel mai elegant smokey eye din istorie.

11. VREI NOTE DE PARĂ ȘI VIOLETE? Le găsești în noul parfum The Girl, creat de Tommy Hilfiger având-o ca inspirație pe Gigi Hadid (45 dolari, *usa.tommy.com*)

19. WINTER IS COMING! Dar cu un palton tricotat gigantic, precum cel creat de Ioana Ciolacu pentru colecția-capsulă de larnă, n-o să suferi deloc de frig! (1.370 lei)

- 16. **VENIN DE MEDUZĂ.** Luptăm împotriva ridurilor cu ajutorul veninului de șarpe și albină. Acum, cei de la Diet Esthetic (un brand de beauty spaniol), pretind că și cel de meduză, bogat în fibrilin, ajută la restaurarea elasticității pielii. Încercăm?
- 17. **JUCĂRII SEXUALE ÎN FORMĂ DE EMOJI.** Sigur, adorăm emoji-ul vânătă când discutăm despre șarpele din pantalonii bărbaților, dar o femeie a dus lucrurile mai departe, inventând vibratorul Emojibator. Prea mult?
- 18. **INSTA-SOMNIA.** Și tu te pierzi seara, când să te bagi în pat, în gaura neagră a Instagramului, nemaireușind apoi să dormi pentru că-ți dai seama că viața ta e de rahat prin comparație cu cea a lui Beyoncé? Oprește telefonul. Viața e suficient de grea.

20. SĂ PORȚI PULOVERE CU MODEL FESTIV, oricât de urâțele ar fi ele, e obligatoriu de Crăciun, așa că alege-l pe cel de la Tipsy Elves, cu care să ne dai gata pe Instagram (58 dolari, *tipsyelves.com*)

12

MICHAEL BUBLÉ.

Singurul bărbat care vă face inimile să bată mai tare și tie, și mamei tale trece pe pop (colaborând cu artiști precum Harry Styles) în *Nobody but Me*.

DESPRE PRIMA PIESĂ. „Se numea *My Dumb Ol' Heart*. Nici măcar nu sărutasem încă vreo fată, dar tot eram capabil să romantez cum credeam eu că te simți când faci asta."

CARIERĂ DE BACKUP. „Mă gândeam să lucrez cu tata, care e pescar de somon. Obișnuiam să les cu el cu barca. Acolo mi-am obținut primul sărut pentru că tradiția spune că trebuie să săruți primul peșteprins. Mi-a mers numai bine de atunci la capitolul ăsta."

PRIMUL CONCERT. „MC Hammer alături de En Vogue. M-am dus pentru că trebuia să cânte Vanilla Ice în deschidere, dar au anulat în ultimul moment."

DESPRE FAIMA TIMPURIE. „N-o să uit niciodată prima dată când m-am auzit la radio. DJ-ul a spus: «Următorul solist, Michael Bubbly, e absolut wow.» A fost destul de traumatizantă experiența la momentul respectiv."

MELODIA CARE-I DĂ CHEF DE SEX. *„YMCA."*

13. **THE WEEKND.** Spărgătorul de topuri revine cu o coafură nouă și piese la fel de languroase pe albumul numărul trei, *Starboy*.

14. **MIRANDA LAMBERT.** A avut un an extraordinar, iar noul ei album, *The Weight of These Wings*, vorbește despre asta.

15. **DNCE.** Trupa pop rock a lui Joe Jonas vine cu albumul de debut pe care-l doreai de când ai ascultat prima dată *Cake by the Ocean*.

În fiecare lună îți prezentăm aici o femeie celebră, demnă de toată admirația ta. Pe cine admiri, cine te inspiră sau are un impact asupra vieții tale? Nominalizează „feminista lunii" pe **cosmopolitan.ro** și **burda.ro**!

FEMINISTA NOASTRĂ FAVORITĂ

MARION COTILLARD

În cei 8 ani de când a câștigat premiul Oscar pentru rolul din *La Vie En Rose*, în care a interpretat-o magistral pe Edith Piaf, **Marion Cotillard** a demonstrat că e consistent atrasă de roluri care portretizează femei complexe, care trec prin stări și emoții teribil de puternice.

AZI E UNA DINTRE CELE MAI BINE PLĂTITE ACTRIȚE NON-AMERICANE, dar e recunoscută pentru faptul că, pe lângă blockbustere, joacă și în filme cu buget redus, doar pentru că crede în scenariu, în poveste și în rolul pe care trebuie să-l interpreteze. Are o intensitate misterioasă în privire și în modul de a intra complet într-un personaj, lucru care a făcut-o teribil de dorită de un număr mare de regizori, de la Olivier Dahan (care a creat scenariul pentru *La Vie En Rose* cu ea în minte, pentru că a văzut ceva tragic în ochii ei), la Christopher Nolan (*Inception*, *The Dark Knight Rises*), Michael Mann (*Public Enemies*), Justin Kurzel (*Macbeth*) și Woody Allen (*Midnight in Paris*). Marion e o fanatică atunci când vine vorba despre cercetare pentru un rol, analizând fiecare calitate sau defect pe care trebuie să-l transpună pe marele ecran în cel mai mic detaliu, lucru care o ajută să se transforme complet, asimilând până la capăt un alt eu, oricât de străin i-ar fi.

Spune despre ea că a fost mereu „sensibilă", un copil timid, melancolic și singuratic, torturat de angoasa specifică vârstei. „Aveam dileme existențiale de la vârsta de șapte ani, îmi puneam întrebări obsesive legate de locul meu în lume. De unde am venit? De ce

sunt aici? Nu puteam să mă identific cu nimeni. La școală mă consideau ciudată. Nu înțelegeam relațiile dintre oameni." A crescut într-o suburbie a Parisului, într-o familie de burghezi boemi – mama ei era actriță de teatru de nivel mediu, iar tatăl era artist mim și director de teatru. „Actoria a fost pentru mine un mod de a scăpa – prin actorie am înțeles cine sunt", explică ea.

Cât despre feminism, deși recunoaște că e important să luptăm pentru drepturile femeilor, spune că nu se consideră feministă în sensul tradițional al cuvântului, cel puțin nu atunci când vine vorba despre actorie. „Lumea filmului nu e și nu trebuie să fie despre sexe. Asta din punctul meu de vedere creează un soi de separare. Suntem deja oarecum separați pentru că nu suntem creați în același mod, dar cred că tocmai diferența asta dintre bărbați și femei e cea care creează energia și iubirea care duc la nașterea unui produs creativ", explica ea într-un interviu pentru revista *Porter*. Dacă e să-i analizezi rolurile – toate femei puternice, care trec prin experiențe excepționale și pe care le înfruntă asumându-și atât vulnerabilitățile și defectele, cât și vitejiile, Marion e o feministă prin excelență.

Cele mai recente filme ale ei, *It's Only the End of the World* (premiera în România pe 28 octombrie) și *Allied*, unde joacă alături de Brad Pitt (premiera în România pe 2 decembrie), stau mărturie pentru apetența ei față de roluri complexe, de femei care își trăiesc la maximum, cu nerv și pasiune, fiecare secundă. În *Allied* joacă rolul unei spioane franceze cu un trecut misterios, care se îndrăgostește de un spion britanic în timpul unei misiuni de asasinare a unui oficial german, iar în *It's Only the End of the World* joacă rolul soției care nu își a mai văzut partenerul de ani de zile, și care trebuie brusc să facă față întoarcerii acestuia, dar și vestii că suferă de o boală terminală.

ONE IN A MILLION

„Când eram adolescentă nu voiam să fiu eu. Voiam să fiu mulți oameni. La un moment dat mi-am dat seama că toți acești oameni trăiau în mine și tot ce trebuia să fac era să-i trezesc și să-i transform în aspecte ale propriei mele vieți. De aceea sunt actriță."

FOTO: IMAGE FORUM. INDEPENDENTA FILM. Text: Roxana Dobrin

#SUV?
#urban?
#dogwhisperer?
Audi Q2
#untaggable
Unele lucruri sunt imposibil de etichetat.
Este un #SUV? #urban? sau #compact?
Este toate acestea și multe altele.
Audi Q2 este #untaggable.
* Caracteristicile opționale presupun un cost suplimentar
Audi Vorsprung durch Technik

CONFESIUNI

Jumătatea mea sunt eu

Printre rochii de mireasă, buchete împletite, ciocniri de pahare și discursuri despre dragoste până la adânci bătrânețe, m-am găsit pe mine.

FERICIREA, PRECUM ȘI NEFERICIREA MEA sunt influențate de cele mai mici lucruri. Aceasta poate fi o binecuvântare sau un blestem. Pot fi fericită pentru că vântul bate atât de tare încât mă duce cu el, și mă pot amărî peste măsură atunci când nu pot salva o buburuză. În clasa a zecea mi-am promis să practic constant introspecția și să fiu întotdeauna sinceră cu mine. „Ce simți? De ce ești fericită? De ce ești tristă? Cum pot să te ajut?" Încă de atunci vorbesc astfel cu mine, așa că atunci când mă îndrăgostesc de cine nu trebuie, mă trag singură de urechi și îmi spun tot ce gândesc cu privire la situația incomodă. „Eu mă dau peste cap ca să te multumesc zi de zi, ți-am cumpărat paleta aia nouă de machiaj, te-am dus până și la balet, și tu ce faci? Te arunci în brațele unui necunoscut! De unde să știe el cum să te facă fericită?"

Nu m-am simțit niciodată singură cu mine în perioadele „single". Mi-e un pic teamă s-o spun, dar cred că acelea au fost singurele perioade în care am fost complet fericită, răsfățată, puternică, sexy. Depindea doar de mine să fiu bine, și în cele mai multe zile îmi trăiam cu entuziasm prezentul și priveam cu încredere spre viitor.

Nu mi s-a întâmplat să mă îndrăgostesc prea des, dar atunci când am făcut-o, am pierdut controlul asupra fericirii mele. Se spune că nu ai voie să depinzi de celălalt, că trebuie să ai viața ta, separată de a lui, dacă vrei o relație sănătoasă. Nu mă îndoiesc că este adevărat, dar în același timp… cine poate spune că a rămas ferm pe poziție chiar și atunci când s-a îndrăgostit nebunește? Cine poate spune că n-a renunțat la o ieșire veselă în oraș din cauză că celălalt nu a mai dat un semn de zile bune? Oare nu asta înseamnă să te îndrăgostești – să pierzi controlul, să devii vulnerabil, să fii îmbătat de o fericire fragilă care se poate nărui oricând?

Nu mă înțelege greșit – nu cred că iubirea este tragică. Dacă dai peste omul potrivit, fericirea nu se transformă niciodată în amărăciune. Pentru că omul acesta nu te lasă să-ți demolezi stima de sine așteptându-l, ba dimpotrivă: te ridică, te răsfață, vrea să fii bine – mai bine decât înainte să-l întâlnești. Dar pe măsură ce am crescut și m-am distanțat de fata aceea din clasa a zecea, mi-am dat seama că eu nu-mi pot construi întreaga existență în jurul acestui „bărbat posibil", pe care se presupune că ar trebui să-l întâlnesc într-o zi. Și nu mă mai sperie gândul că poate nu-l voi întâlni niciodată. Mi-am găsit deja jumătatea, și aceea jumătate sunt eu. Cea care atunci când eram devastată și obosită de la atâta plâns mi-a spus că sunt o fraieră, dar că ea e alături de mine, și m-a făcut să râd. Mi-a amintit că mai sunt atât de multe alte lucruri care mă fac să zâmbesc, și m-a îndemnat să dansez, pentru că știa cât de mult îmi place. „Tu chiar nu mai știi cât de fericite am fost împreună?"

Nu mi-e frică să mă îndrăgostesc, așa cum nu mi-e frică să fiu singură. Inevitabil, atunci când mă aud vorbind astfel, rudele mele sunt îngrozite că nu mă voi căsători niciodată. Pe vremuri, și pe mine mă sperie gândul că voi fi în afara normelor. Dar acum nu mai vreau să fiu normală. Vreau să fiu fericită.

FOTO: GETTY IMAGES
Text: Teodora Tiroș

Aquatique

Apă Minerală Naturală
Plată Oligominerală

Izvor de frumusețe

Un produs de calitate
Romaqua Group Borsec

De cine-ți place? Scrie-ne pe **cosmopolitan@burda.ro** și poți citi despre el pe pagina aceasta!

COSMO GUY

MATTY HEALY

Încă din 2012, când sound-ul lor pop-rock a înnebunit toată populația feminină a Marii Britanii și apoi a lumii întregi, cei de la The 1975 și-au petrecut aproape tot timpul exclusiv în turnee. Matty Healy, solistul trupei și unul dintre cei mai stylish muzicieni ai momentului, ne povestește care e cea mai mare temere a sa și ce designeri preferă întotdeauna.

CEA MAI NEOBIȘNUITĂ EXPERIENȚĂ CU UN FAN

„Mi s-a întâmplat să vină copii la mine și să-mi dea lame de ras. Genul ăsta de experiență e super-intensă. Colecționez tot ce primesc de la fani, trebuie să-mi cumpăr mereu un geamantan ca să am unde să le pun. Îmi place să le iau acasă și să mă uit prin ele cu atenție."

UNIFORMĂ DE CONCERT

„Port mult Saint Laurent pentru că e genul de ținută clasică rock: piele, franjuri, siluete arhetipale. Am și un corp de fetiță, deci mă încap. Îmi plac și Vetements, dar nu prea îi port pe scenă pentru că au mâneci prea lungi și nu pot să cânt la chitară. Tipa cu care ies acum mă îmbracă. Are multe haine vintage și ne potrivim și ca mărime. Mă îmbrac adesea cu hainele ei."

FEMINIST VOCAL

„Sunt feminist, evident! Cred că bărbații și femeile merită oportunități egale. Trăim într-o societate nebunesc de patriarhală încă. Sexul e folosit ca să vândă chestii, lucru care nu mă deranjează, dar, de exemplu, de fiecare dată când noi folosim fete în videoclipurile noastre, o facem ironic, ca pe o parodie a situației, a societății, a industriei muzicale."

NU VREAU SĂ DEVIN STING!

„Când ești un tip alb cu o chitară, oamenii or să te asocieze cu alți tipi albi cu chitară. Când am scos primul nostru album, oamenii ne asemănau cu trupe ca Arctic Monkeys. Îmi plac, dar nu pot să-mi imaginez o comparație mai nepotrivită. Întotdeauna a trebuit să luptăm împotriva chestiei ăsteia indie. Nu vreau să devin Sting, să devin Thom Yorke."

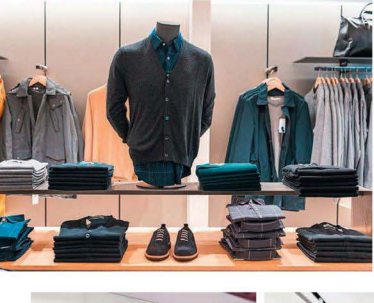
O ÎNTÂLNIRE INCOMODĂ

„În 2013 m-am întâlnit cu Usher și mi-a zis: «Yo, dude, care-i faza?» Nu ne știam, așa că m-am blocat și i-am zis: «Bună, ce mai faci?» Apoi s-a uitat mai bine la mine, a băgat o scuză bizară și s-a cărat. Abia când a plecat mi-am dat seama că a crezut că sunt Skrillex. M-a enervat chestia asta. Nu m-am mai întâlnit cu el de atunci, dar dacă o să se mai întâmple, clar mă prefac că sunt Skrillex."

FOTO: GETTY IMAGES, Tiziel, Romana Dobrinta

IUBEȘTI MANGO? LA BUCUREȘTI MALL GĂSEȘTI MAI MULT, MAI NOU ȘI MAI TRENDY!

Începând din luna noiembrie, în București Mall vei găsi nu numai cele mai recente colecții **MANGO** pentru tine, ci și pentru partenerul tău și pentru copii.



DESTINAȚIA TA PREFERATĂ pentru fashion și beauty te surprinde acum cu un mega-store MANGO ce acoperă 1.200 de metri pătrați și e amenajat în ton cu ultimele tendințe de design. Însă nu te gândi doar la tine! De-acum, îți poți lua liniștită și partenerul la cumpărături, pentru că noul magazin de tip flagship al București Mall aduce cea mai recentă colecție MANGO MAN. Și tot aici poți găsi și cele mai șic articole de îmbrăcăminte pentru copii, în cadrul nou inauguratei secțiuni MANGO KIDS.

Irina Markovits, stilist personal, ne dă câteva ponturi despre noua colecție masculină a brandului iberic: inspirată de New York și Harlem, aceasta se bazează pe două direcții: Modernized Tailoring și Urban Athletics. Cea dintâi propune un nou „manual de stil masculin". Piesele clasice de costum bărbătesc (sacoul și pantaloni) sunt reinterpretate, cu o linie slim retro și în combinații neașteptat de moderne. Cea de-a doua direcție, Urban Athletics, ne spune Irina, este o actualizare a garderobei masculine sport ce se distinge printr-o paletă cromatică de griuri, negru și alb. Colecția include tricouri cu grafisme cool, pantaloni jogger cu linie slim, hanorace și pulovere texturate, cămăși cadrilate, hanorace cu fermoare, jachete bomber din stofă matlasată și geci parka și din piele, numai bune pentru partenerul tău.

Și pentru că știm cât de greu este să găsim lucruri cu adevărat de calitate pentru cei mici, ne bucurăm să îți spunem că mega-store-ul MANGO din București Mall oferă ținute trendy pentru copii, de la nou-născuți până la 14 ani. Noua colecție Kids adaptează pentru cei mici unele piese vestimentare ce reprezintă puncte forte ale brandului iberic, în ton cu trendul „mini-me" (da, acum poți să te gândești la tine).

București Mall nu încetează să te surprindă, iar deschiderea acestui mega-store, cu colecțiile sale exclusive, e soluția perfectă pentru tine, preocupată cum te știm de lookul tău eclectic. Revii mereu la kilometrul zero al modei din Capitală, căci la București Mall găsești un mix de branduri perfect pentru apariția ta stilată – consacrate, dar în același timp cutting-edge, cu piese vestimentare clasice, dar și cu unele supuse unor reinterpretări radicale – iar noi promitem că vom ține pasul cu preferințele tale și că aici vei găsi ținutele ideale pentru lookul tău.

Let's Glow!

Noile obsesii în materie de ținute de party de final de an sunt infuzate de note ludice, stylish, dar versatile, și conturează atmosfera de sărbătoare prin alăturări cu adevărat memorabile. Texturile rafinate, strălucirile și accentele metalice te poartă într-o călătorie printre nenumărate posibilități extrem de șic!

Blazer și pantaloni din mătase cu aplicații integral din paiete, Isaak W, preț la cerere; body din poliamidă și aplicații din paiete, Elisabetta Franchi, magazin Bacio di Moda, 1.352 lei; geantă din piele cu aplicații metalice, Karl Lagerfeld, magazin Il Passo, 1.899 lei; sandale din piele, John Galliano, magazin Enzo Bertini, 1.450 lei; pătură din cânepă, Atelier Anda Roman, 6.615 lei.

FOTO: VICTOR OANCEA, PR
Stilism: Amir Dobos și Anca Stăruială

meriți să fii surprins

Fă-i cadou tenului tău *o bijuterie*

Cu Cien Gold îți răsfeți frumusețea
și te bucuri de proprietățile aurului coloidal

Noua gamă Cien Gold are grijă de pielea ta într-un mod special.
Prin conținutul său de aur coloidal, Cien Gold hidratează pielea, îi conferă elasticitate și fermitate, redându-i aspectul tânăr pe care îl merită.
Un adevărat elixir al vieții, ce stimulează regenerarea celulelor, activează enzimele și reface țesuturile.

Cien gold

Dacă frumusețea e comoara ta cea mai de preț, fă-i un cadou pe măsură!

ÎȚI PLACE *GRUNGE*

Sclipirile metalice seducătoare și accentele masculine sunt elementul definitoriu al garderobei tale.

Pssst... poartă bijuterii metalice de efect, dar simple, fără prea multe pietre, ca să nu agăți materialele sensibile ale ținutelor tale.

Choker, *asos.com*, 34 dolari

Rochie, Manuri, 1.650 lei

Ceas, Chopard, preț la cerere

Bască, Zara, 79,90 lei

Blazer, Guess, 1.255 lei

Body, M. Marquise, 1.350 lei

Sutien, Clockhouse, C&A, 89,90 lei

Pantaloni, H&M, 139 lei

Vestă, H&M, 499 lei

Geantă, H&M, 129 lei

Top, H&M, 59,90 lei

Geantă, Moschino, preț la cerere

Bocanci, John Galliano, Enzo Bertini, 1.490 lei

Botine, Mineli Boutique, 499 lei

Rochie din poliester, Elisabetta Franchi, magazin Bacio di Moda, 1.080 lei; geantă din piele de piton, Burberry, 8.527 lei; dres din poliamidă, 29,90 lei, și saboți din piele, 139 lei, amble H&M; canapea din in, Atelier Anda Roman, 9.600 lei.

Haină de blană, Scotch&Soda, Collective, 1.149,99 lei

Collier, Massimo Dutti, 109 lei

Inele, Meli Melo, 24,99 lei setul

Eşarfă, H&M, 29,90 lei

Blazer, Zara, 399,90 lei

Pantaloni, Mango, 169,90 lei

Pantaloni, Zara, 199,90 lei

EŞTI GENUL *BOHEMIAN*

Asocierile îndrăznețe de texturi rafinate în nuanțe pământii și irizații metalice vor capta toate privirile.

Pssst... poartă botine cu toc înalt și platforme și păstrează accesorizarea simplă, în nuanțe aurii.

Cămaşă, H&M, 129 lei

Cămaşă, Limited Edition, Marks&Spencer, 229 lei

Geantă, Enzo Bertini, 265 lei

Rochie, Parlor, 3.700 lei

Botine, Guess, 968 lei

Salopetă, Guess, 626 lei

Ciorapi, Zara, 59,90 lei

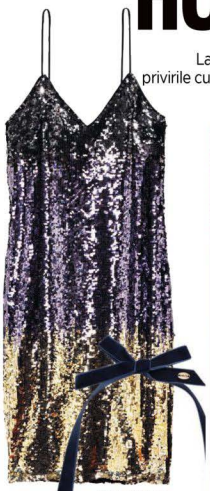
Fustă, Manuri, 685 lei

Botine, Casadei, Distinto, 3.000 lei

FII SUFLETUL PETRECERII CU HUAWEI P9

La party-ul de final de an, atrage toate privirile cu o ținută glam și fă-ți cele mai stylish selfie-uri – cu telefonul **Huawei P9**.

Ce planuri ai pentru cea mai cool petrecere a anului? Fie că ai de gând să îți petreci Revelionul într-un club sau la o petrecere exclusivistă, alege-ți o ținută de party care să cucerească prin eleganță și personalitate! Iar pentru ca instantaneele tale de final de an să fie imortalizate cât mai stylish, ai nevoie de un smartphone nou, cu un design modern și finisaje premium, precum **Huawei P9 (preț recomandat, 2.099 lei)**. Datorită sistemului dual camera, conceput împreună cu legendara companie Leica, vei putea surprinde fotografii expresive chiar și cu artificiile pe cer!



Rochie din paiete multicolore, H&M, 270 lei

PHILOSOPHY BY LORENZO SERAFINI

ALEXANDER WANG

Colier cu flori, Mango, 99,90 lei

Ochelari cu glitter, H&M, 24,90 lei

Clutch din piele întoarsă, cu aplicații de cristale, Stefanel, 405 lei

Sandale din catifea, Mango, 199,90 lei

Haină din blană ecologică, Stradivarius, 199,90 lei

FOTO: IMAXTREE, PR.

ADORI SĂ FII *LADYLIKE*

Te definesc asocierile cromatice subtile, în nuanțe pastelate, punctate pe alocuri de blănuri rafinate și perle.

Pssst... păstrează cromatica neutră fără a contrasta cu alte nuanțe puternice, iar accesorizarea trebuie să fie cât mai discretă și de bun-gust.

Guler, Mango, 169,90 lei

Hăină de blană, Guess, 1.850 lei

Colier, Bliss, B&B Collection, preț la cerere

Geantă, *muragura.com*, 770 lei

Rochie, *airwear.com*, 460 lei

Palton, Liu Jo, 1.625 lei

Cămașă, Maison Scotch, Collective, 299,99 lei

Fustă, *airwear.com*, 390 lei

Pantaloni, Liu Jo, 970 lei

Pantaloni, Stefanel, 564 lei

Pălărie, Maison Scotch, Collective, 199,99 lei

Pantofi, *hotstepper.ro*, 345 lei

Maletă, Clockhouse, C&A, 89,90 lei

Mănuși, *topshop.com*, 20 lire

MERCEDES GLC COUPE
CHASING STARS

Fără îndoială lozul câștigător în ceea ce privește SUV-urile, Noul GLC Coupe reprezintă o experiență cu totul aparte, atât vizuală, cât și practică, ce structurează puterea și formele dinamice într-o operă tehnică cu un magnetism aparte.

Noul SUV GLC Coupe s-a avântat în căutare de stele. Cele care să-i certifice calitățile sunt deja realitate, iar celelalte, starurile atrase de magnetismul pur al unui automobil care nu doar declară, ci chiar reușește să cucerească orice drum, sunt pe cale să formeze o nouă constelație.

Seducător. Este adjectivul care definește acest model. Dincolo de toate specificațiile tehnice demne de un manual dedicat excelenței în domeniu, GLC Coupe este o declarație de dragoste făcută supușilor Zeului Automobil. Silueta sa radiază agilitate și expresivitate, în timp ce spatele, cu hayon-ul plonjat și umerii săi lați, pusi în antiteză cu stopurile înguste care par brațe ce vor să îmbrățișeze portbagajul, conferă vehiculului un aspect puternic, încrezător în sine. Ceea ce exprimă pe exterior, noul model GLC Coupe duce mai departe și în interior, grație materialelor de calitate superioară, combinate cu un design care îți taie răsuflarea și elemente de ornament exclusiviste.

Am spus seducătoare. Puternică. În plus, dacă mai punem la socoteală și faptul că are stil și sex-appeal, firește, devine potrivirea perfectă pentru femeia COSMO, care împărtășește aceleași valori. Cu atât mai mult cu cât, în plus, GLC Coupe îi dă acesteia și mai multă încredere în sine atunci când se află la volan. Siguranța indusă prin dimensiuni și poziția la volan tipice unui SUV, dar și prin sistemele active și pasive de ultimă generație cu care inginerii Mercedes-Benz au dotat acest model, calitățile dinamice și capacitatea de a face față oricărui drum sunt atributele care fac din acesta ceea ce am putea numi „Perfect Match" pentru o activă și permanent ancorată în realitate femeie COSMO.

Rochie din viscoză și poliamidă, Parlor, 4.715 lei; geantă din piele cu aplicații din cristale, Roberto Cavalli, magazin Il Passo, 3.499 lei; sandale din piele și glitter, Faiblesse, 650 lei; fotoliu din lemn, Atelier Anda Roman, 11.400 lei.

MOTTO: *ROMANCE*

Tonurile de verde sunt contrastate de negru, mai ales când mergi pe materiale irizate. Alege piese feminine, cu un strop de old glamour.

Pssst... accesorizează cu pietre albe și punctează cu piese strălucitoare aurii.

Cercei, Nasty Gal, 119 lei

Pălărie, Mango, 139,90 lei

Trenci, Archive by Alexa pentru Marks&Spencer, 549 lei

Rochie, Parlor, 5.300 lei

Inel, Bliss, B&B Collection, preț la cerere

Colier, Massimo Dutti, 169 lei

Inel, Chloé, *farfetch.com*, 244 euro,

Pantaloni, Zara, 149,90 lei

Jachetă, Zara, 349,90 lei

Bluză, H&M, 159 lei

Clutch, Guess, 405 lei

Sacou, M. Marquise, 1.950 lei

Fustă, Maison Scotch, Collective, 449,99 lei

Pantaloni, Murmur, 1.200 lei

Botine, Mineli Boutique, 339 lei

Pantofi, John Galliano, Enzo Bertini, 1.390 lei

Ciorapi, Laura Baldini, 12,90 lei

Rochie, H&M, 399 lei

Sacou din viscoză și poliester, 4.930 lei, și geantă din piele, 2.680 lei, ambele Burberry; rochie din lurex, Isaak W, preț la cerere; șosete din poliamidă, Calzedonia, 26,50 lei; sandale, Faiblesse, 650 lei; scaun din metal, Atelier Anda Roman, 38.160 lei.

Model: Landiana Cerciu
Machiaj: Cristian Bucă
Coafură: Adonis Enache
Fotografiile au fost realizate în Atelier Anda Roman.
Mulțumim pentru sprijinul acordat.

ÎȚI VINE SĂ ÎMPARTI CU CINEVA FERICIREA: CU FAMILIA, IUBITUL, COLEGII SAU CU PRIETENII

EȘTI MAI FERICITĂ

SAU MAI BINE CU TOATĂ LUMEA

ȘI, PAS CU PAS, CHIAR SCHIMBI LUMEA!

TE SIMȚI MAI SEXY!

ÎNCEPE PRIN A LE CUMPĂRA

BENVENUTI

ASTA E FRUMUSEȚEA PANTOFILOR!

ORNAMENT EXPRESS

Ținutele de o eleganță cu adevărat memorabliă pun deseori accentul pe accesorii, dându-le ocazia să strălucească pe fondul curat al unor piese vestimentare extrem de simple, minimaliste. Distinge-te purtând unele dintre cele mai „căutate" accesorii în sezonul petrecerilor de final de an.

CHANEL

FETE CU PERLE

Un simbol al eternei eleganțe, accesoriul preferat al celebrei Coco Chanel este reinterpretat prin asocieri inedite cu cristale de diverse culori.
1. Brățară, Accesorize, 57,90 lei; 2. Cercei Bliss Moon, magazin B&B Collection, preț la cerere; 3. Colier, Nissa, 149 lei; 4. Colier, Mikimoto, magazin B&B Collection, preț la cerere; 5. Cercei, Zara, 49,90 lei

VALENTINO

LINII DELICATE

Accesoriile cu alură fragilă cuceresc prin simplitate și discreție atemporală, în contrast cu zgomotul și efemeritatea lumii cotidiene.
1. Brățară, Messika, magazin Kultho, preț la cerere; 2. Lanț, Dinh Van, magazin Kultho, 3.110 lei; 3. Inel, Chopard, preț la cerere; 4 Brățară, Skagen, 248 lei

ANTHONY VACCARELLO

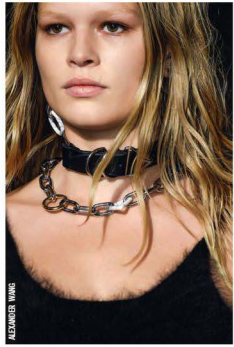
CRISTALE TRANSPARENTE

Este ceva seducător în strălucirile limpezi și diafane ale acestor bijuterii cu parfum de basm și alură de fulgi de zăpadă proaspătă. Lasă-te cucerită!
1. Inel, Pandora, 279 lei; 2. Cercei, Salvini, magazin Kultho Boutiques, preț la cerere; 3. Colier, H&M, 49,99 lei; 4. Cercei, H&M, 29,90 lei; 5. Colier, Nissa, 199 lei

FOTO: IMAXTREE, PR.
Text și stilism: Anca Sibrucsh.

DSQUARED2

LOEWE



ALEXANDER WANG

AUR & STRĂLUCIRE

Îndrăzneşti cumva să priveşti în altă parte decât în direcţia mea?! Accesoriile strălucitoare se impun prin opulenţa pe deplin asumată.

1. Inel, Pandora, 1.399 lei; 2. Lanţ, Chopard, preţ la cerere; 3. Cercei, Lola&Grace, magazin Be in time, 160 lei; 4. Brăţară, Aurelie Bidermann, farfetch.com, 508,66 euro; 5. Inel, H&M, 29,90 lei; 6. Ceas, Michael Kors, magazin B&B Collection, 1.120 lei

NOILE CHOKERS

Permis până nu demult numai pe teritoriul obraznic al fanteziilor erotice tabu, choker-ul este întruchiparea eleganţei sexy în acest sezon.

1. Topshop, 13 lire
2. Manokhi, 670 lei
3. Alexandra Caspruf X Bon Bijou, 300 lei;
4. Manokhi, 900 lei;
5. New Look, 51 lei.

GUCCI

1

2

3

PIETRE COLORATE

Semipretioase sau simple cristale în nuante vibrante, aceste pietre sunt de efect și vor împodobi mereu accesoriile care vor să iasă în evidență, fără a se demoda vreodată. **1. Inel, Pandora, 199 lei; 2. Cercei, H&M, 29,90 lei; 3. Cercei, Cozette, 705 lei**

DRIES VAN NOTEN

RETRO-GRAFIC

Designul angular îți satisface nevoia de simetrie, însă culorile vibrante și estetica retro a acestor piese le conferă individualitate. **1. Inel, Annamaria Cammilli, magazin Kultho, 4.870 lei; 2. Cercei, Mango, 39,90 lei; 3. Brățară, Mango, 69,90 lei; 4. Colier, Marni, 409,50 euro**

1

2

3

4

1

2

3

4

DYLAN'S

CHEAP & CHIC

Lucru testat de către noi, redacția Cosmo, și toate tinerele fashioniste — stilul nu înseamnă neapărat investiție în piese inaccesibile. Ai încredere în simțul tău estetic când cauți accesorii. Poți descoperi comori ascunse! **1. Choker, H&M, 49,90 lei; 2. Lanț Mango, 79,90 lei; 3. Set inele, Bershka, 19,90 lei; 4. Cercei Zara, 49,90 lei**

Cercei
SWAROVSKY

Brățări GUESS

Inel
SWAROVSKY

Colier MICHAEL KORS

Brățară FOSSIL

Ceas FOSSIL

SHINE BRIGHT!

Simbol al eleganței atemporale, Little Black Dress reprezintă o alegere extrem de șic mai ales când este înnobilată de cele mai spectaculoase bijuterii. Îndrăznețe, rafinate sau elegante, îți propun să descoperi cele mai strălucitoare accesorii pentru o apariție desăvârșită în sezonul party-urilor de la final de an!

Ceas
MICHAEL
KORS

Pandantiv
THOMAS SABO

Pandantiv
THOMAS SABO

Colier
SWAROVSKY

TOP 10 PARTY SHOES

Când îți alegi perechea ce te va trece pragul la cea mai tare petrecere a sezonului, expresia proverbială a lui Marilyn Monroe ar trebui să îți răsune clar în minte: „Dă-i unei fete pantofii potriviți și va cuceri lumea".

1

Liu Jo, 810 lei

2

Benvenuti, 249 lei

3

H&M, 129 lei

4

Casadei, magazin Distinto, 4.550 lei

5

Mineli, 500 lei

6

Mango, 449,90 lei

7

Guess, 1.035 lei

8

Zara, 149,90 lei

Moschino, 2.450 lei

9

Aldo, 599 lei

10

FOTO: PR.
Text și stilism: Anca Stănuță

CELE MAI BUNE PRIETENE

Celebrele modele Frida Gustavsson și Jac Jagaciak interpretează un nou rol, inspirat din viața reală: Les Belles de Nina, transpuse olfactiv în cele două parfumuri iconice ale casei Nina Ricci, Nina și Luna.

Atât de diferite, și totuși inseparabile; extremele se atrag cu o forță incredibilă, și de asta prietenia lor a sfidat timpul. Prietenia lor a început din adolescență, în culisele marilor show-uri de modă, și dăinuie și astăzi, la fel de proaspătă și efervescentă. Frida și Jac pot fi oricare dintre noi, tu și prietena ta cea mai bună, cu care ai amintiri atât de prețioase, pe care o suni prima și îți ia „foc" urechea de atâta vorbit la telefon, și pentru care ai face orice...

Frida este Nina, Jac e Luna. Împreună sunt mai puternice.

VOI DOUĂ...

Te-ai gândit ce-o să-i iei și de Crăciunul acesta? Recunoaște, deși o cunoști atât de bine și aproape că îi poți citi gândurile, faza asta nu merge deloc atunci când te gândești ce surpriză să-i pregătești în ocazii speciale. Probabil că i-ai mai dăruit parfumuri, dar niciunul cu un mesaj atât de puternic. Pentru că duoul Nina & Luna este chintesența unei prietenii durabile și dovada aprecierii reciproce.

TU... CINE EȘTI?

Doar tu poți decide pe care dintre ele să-l dăruiești. Pentru că, deși ambele conțin deopotrivă note fructate, dulci și lemnoase, fiecare dintre cele două parfumuri exprimă în esență o anumită personalitate:

NINA este radios, spumos, efervescent, ingenuu, senzual. Creat în urmă cu zece ani de Maestrul Parfumier Olivier Cresp, parfumul clasic Nina, cel care a deschis seria mărului prețios (un indiciu despre nota cea mai pregnantă a parfumului – mărul caramelizat), încântă simțurile cu acorduri de praline, citrice și bujor, dar și note lemnoase.

LUNA este misterioasă, hotărâtă, impetuoasă, senzuală. Notele sale gurmande de caramel și vanilie se îmbină armonios cu fructele de pădure suculente și accentele discrete de santal și lemn dulce, combinate maiestuos de către faimoșii parfumieri Christophe Raynaud și Marie Salamagne.

OUTFIT PENTRU JOBUL VISAT:

Ce look adopți când vrei să lucrezi ca **showroom manager**.

DRESS CODE: „Activez în domeniul modei, prin urmare sunt, pe lângă ambasadoare de brand, și reprezentantă a tendințelor actuale și a combinațiilor vestimentare inedite. Dar, în general, sunt o mare fană a stilului relaxat, accesorizat cu detalii feminine."

SHOPPING... „În orice oraș aș fi, prima oprire la cumpărături este într-unul dintre magazinele noastre – H&M, COS și &Other Stories. În același timp, îmi place să îmi achiziționez diverse piese vestimentare din boutique-uri vintage – prin stilurile abordate și materialele utilizate, multe dintre aceste itemuri pot deveni obiecte-cheie ale garderobei mele."

VICII VESTIMENTARE: „Piesele basic, cercei oversized și sneakers."

MACHIAJ DE BUSINESS: „Rujul nude și un eyeliner bine aplicat reprezintă combinația ideală pentru orice tip de întâlnire – pot fi ușor transformate și pentru programul de după birou."

REFRESH ANTISTRES: „O pudră matifiantă și melodia preferată ne pot da refresh-ul pe care ni-l dorim, la orice oră din zi sau din noapte."

SECRETUL UNUI LOOK RADIANT: „Oamenii cei mai frumoși sunt cei fericiți– eu zic să căutam fericirea în doze zilnice cât mai mari."

RUXANDRA CÂRSTEA, showroom manager H&M România

Colier, COS, 229 lei

Rochie, H&M, 139 lei

Mănuși, Kenzo X H&M, 319 lei

Cămașă, &OtherStories, 45 lire

Palton, H&M, 399 lei

Top, COS, 400 lei

Pantaloni, COS, 1.390 lei

Pantofi sport, Adidas Superstar 80s, *&Other-stories.com*, 80 lire

Geantă, &Other Stories, 85 lire

Cercei, H&M, 29,90 lei

Cizme, H&M, 599 lei

Mascara, &Other Stories, 15 lire

FOTO: NICOLI GRIGORE; PR, fast și atom; Arco Stirbuță

AI DESCOPERIT CEALALTĂ FAȚĂ A "CUPLULUI PERFECT"?

Atunci când te prefaci că violența domestică nu există, devii parte din ea. Intră pe **www.campaniarespectului.ro** și dovedește că nu stai deoparte atunci când "Amor" se transformă în "Ajutor".

AVON

ÎMPOTRIVA VIOLENȚEI DOMESTICE

GHIDUL TĂU DE STIL: **Alina Aliman** este jurnalist și blogger la *www.dreamingof.net* – chestii cool, locuri frumoase, experiențe delicioase & povești interesante. Urmărește-o și pe Instagram: @blog_dreamingof

LECȚIA DE ISTORIE:

Perlele
UN ACCESORIU ATEMPORAL

Le-am văzut purtate de regi și regine, le-am admirat alăturate unor costume masculine și reinventate de Coco Chanel. Și le redescoperim, alături de jeanși, rochii elegante sau ținute deconstruite, în epoca tehnologiei. De ce avem nevoie de șiragul de perle?

DEPARTE DE A FI DOAR apanajul bunicilor cochete, cu mănuși din dantelă și rochii din catifea, perlele reprezintă, probabil, cel mai versatil accesoriu din istoria modei. Practic, n-a existat nicio epocă în care șiragul de boabe strălucitoare și sidefate să nu-și aibă locul. Deși cu greu, regina Elizabeth I și-ar fi imaginat că aceste perle prețioase pot fi purtate alături de jeanși rupți și pantofi sport sau (ce oroare!) perlele false vor fi la fel de chic&cool ca unele extrase cu greu de pe fundul mării. Dar să nu anticipăm.

Istoria străveche. O multime de referințe despre perle pot fi găsite în cultura și în religia

FOTO: GETTY IMAGES, IMAXTREE.

popoarelor din cele mai vechi timpuri. Egiptenii le prețuiau suficient de mult încât să-și doarească să fie îngropați cu ele, iar despre Cleopatra, legenda spune că a dizolvat o perlă într-un pahar de oțet și a băut-o, doar ca să-i dovedească lui Marc Antoniu că poate avea parte de cea mai scumpă băutură din lume. În Roma antică, perlele marcau statutul social, în timp ce în Grecia, perlele erau preferate atât pentru frumusețea lor, dar și pentru simbolistica legată de căsătorie. Regina Elizabeth I a Marii Britanii este portretizată mai mereu cu nelipsitele șiraguri (șapte) la gât. Și, pentru că notorietatea și prețuirea perlelor a crescut cu timpul, în perioada Renașterii, unele țări europene au adoptat chiar legi care interziceau oamenilor care nu făceau parte din nobilime să le poarte.

Începuturile moderne. Odată descoperite de către exploratorii europeni în apele Americii Centrale, exploatarea lor a fost nemilosă, iar perlele naturale au devenit din ce în ce mai rare. Până în anul 1900, ele erau disponibile doar pentru cei foarte bogați. În 1916, bijutierul francez Jaques Cartier își stabilește primul său magazin pe Fifth Avenue, în New York (plătește pentru el 100 de dolari și un colier cu perle). Între anii 1910 și 1920 vinde șiraguri de perle ce depășesc în valoare un tablou de Rembrandt, spre exemplu.

Anii 1900. Perlele devin din ce în ce mai dezirabile. Și sunt asociate unor rochii imperiale (regina Alexandra dă startul unei adevărate isterii fashion cu chokerele sale din catifea de care atârnau perle care mai de care mai prețioase) sau chiar unei lenjerii provocatoare (ca în fotografiile în care apare celebra Mata Hari).

În 1916, bijutierul japonez Kokichi Mikimoto dezvoltă o metodă care îi permite să cultive perle perfect rotunde, pe care o patentează. Astfel perlele de cultură, obținute cu resurse mai mici și mai ușor ca perlele naturale, devin mai accesibile ca preț.

În anii 1920, moda impune perlele sub forma unor șiraguri lungi, accesorizând taioarele sau chiar rochiile negre de seară. Și devin tot mai populare odată ce Coco Chanel își face apariția pe stradă și în atelier înfășurată literalmente în zeci de șiraguri de perle. De altfel, Coco a fost prima fashionista care nu s-a sfiit să poarte perle false.

Anii 1930. Hollywoodul dă tonul, din nou. Perlele iau locul diamantelor în ținutele elegante pentru film și în cutiile trimise de amorezi către divele marelui ecran. Astfel, o vedem des pe Lauren Bacall cu un colier de perle la gât, iar Katharine Hepburn face o concesie adăugând ținutelor ei all black strălucirea perlelor. Acum, mai mult ca niciodată, modelul Hollywood începe să fie multiplicat și toată lumea își dorește să aibă parte acasă (de la casnice, la doamne elegante).

În 1940, producția de perle e aproape stopată din cauza războiului, astfel încât apar tot mai des imitații. Un deceniu mai târziu, perlele sunt comercializate deja în mai multe culori (negre, de Tahiti, roz, ivoar), iar fotografia lui Grace Kelly cu un șirag scurt de perle la gât se transformă într-o imagine icon pentru eleganța clasică a acelor ani.

În 1960, starurile de la Hollywood adună din ce în ce mai mulți bani și influență. În acești ani, Elizabeth Taylor se afișează cu una dintre cele mai cunoscute perle ale istoriei, pe care o primise cadou de la Richard Burton. În același timp, Jackie Kennedy apare aproape constant cu un șirag triplu de perle, la baza gâtului, purtat la taioarele care aveau să definească stilul Primei Doamne.

În 1980, purtatul bijuteriilor și deci implicit a perlelor din plastic devine o chestiune de prost gust. Perlele își redobândesc statutul de bijuterii dedicate high-class. Imaginea icon a acestei epoci? Prințesa Diana.

Anii 2000. Carrie Bradshaw și serialul *Sex and the City* readuc în atenție și în ținutele fashionistelor) perlele.

În 2010 este descoperită cea mai mare și cea mai scumpă perlă din istorie. Beauty of Ocean cântărește șase tone și valorează peste 140 de milioane de dolari.

Acum: toată lumea poartă perle, de la Kate Middleton și Michelle Obama, la Angelina Jolie, Scarlett Johansson și Katy Perry. Iar casa de modă Chanel nu renunță la perle nici în cel mai high-tech mediu (așa cum ne-a demonstrat-o Karl Lagerfeld în cea mai recentă prezentare).

PERLE ȘI VEDETE:
TOP 5 ÎNTÂMPLĂRI

#1 Probabil cea mai cunoscută perlă din istorie: cea făcută cadou de către Richard Burton inegalabilei Elizabeth Taylor, în 1969. La Peregrina a fost purtată de capete incoronate ale Europei, incluzând-o pe Mary I a Angliei. A fost vândută, în 2011, la o licitație Sothebys, cu 11 milioane de dolari.

#2 Poate cel mai frumos portret în istorie a perlelor: țarina Maria Alexandrovna poartă perle la gât și (foarte interesant) pe post de accesoriu de păr. Portretul a fost pictat de către Franz Xaver Winterhalter.

#3 Marilyn Monroe a fost fotografiată de multe ori purtând un șirag de perle la gât (unele faimoase, Mikimoto, dăruite actriței de către Joe DiMaggio).

#4 Audrey Hepburn punctează și în istoria perlelor, iar imaginea ei din celebrul *Breakfast at Tiffany's* (rochie neagră, un șirag de perle la gât) e încă una dintre cele mai cunoscute.

#5 Rochia Lupitei Nyong'o de la Oscarurile din 2015 a devenit chiar mai celebră decât actrița. Încrustată cu peste 6.000 de perle albe, rochia i-a fost furată Lupitei chiar din camera de hotel.

CELE MAI CUNOSCUTE MODURI ÎN CARE POȚI PURTA ȘIRAGURI DE PERLE:

Baveta – constă în înfășurarea în jurul gâtului a 2-3 șiraguri, de lungimi sau chiar dimensiuni diferite ale perlelor.

Gulerul – mai multe șiraguri de perle în jurul gâtului, destul de strâns, tip victorian.

Prințesa – este lanțul clasic de perle, puțin mai jos de baza gâtului, și poate fi purtat la orice fel de ținută.

Opera – un șirag de perle mai lung, cel mult până la talie, care se poartă fără a fi răsucit în jurul gâtului.

MODA SEZONULUI:

Outfituri fashion pentru clădiri cu istorie

Ani la rând, lumea modei și-a găsit inspirația în artă, în lucrările pictorilor renascentiști, în detaliile imaginate de impresioniști, în tușele violente ale expresioniștilor, dar și în liniile minimaliste ale arhitecturii universale. A sosit timpul ca arta și arhitectura să-și ceară dreptul de pe catwalkuri. Și, de data aceasta, răsplata e chiar una cât se poate de palpabilă.

NU SE POATE SĂ NU VĂ AMINTIȚI prezentarea Fendi de la începutul acestui an, cu modelele îmbrăcate în superbele creații ale lui Karl Lagerfeld, plutind parcă deasupra faimoasei Fontana di Trevi din Roma. Construcția legendară, devenită un landmark universal pentru la dolce vita după apariția Anitei Eckberg în filmul cu același nume, a fost redată publicului după trei ani de lucrări de restaurare, lucrări plătite chiar de casa de modă Fendi (parte a conglomeratului LVMH) cu peste 2,3 milioane de euro. „Aceste fântâni au servit ca sursă de inspirație pentru numeroși artiști din lume și trebuia să li se redea strălucirea", spunea Silvia Venturini Fendi, la începerea lucrărilor. N-a fost însă singura întreprindere de acest fel. La începutul acestui an, Fendi plătea nota pentru restaurarea a ceea ce se numește acum Palazzo Fendi (un palat istoric din secolul al XVII-lea, situat pe Via Condotti), iar recent casa de modă și-a mutat centrul de operațiuni într-o altă clădire istorică restaurată în Roma, Palazzo della Civiltà Italiana (un monument al arhitecturii fasciste), unde electricitatea și apa curentă lipseau, iar clădirea fusese pur și simplu ignorată vreme de 40 de ani. „Este foarte important pentru noi să fim aici, în Roma. Să ne implicăm. E un lucru bun pentru casa Fendi să fie legată de istoria Romei", declara, pentru *Financial Times*, Pietro Beccari, Fendi chairman and chief executive.

Fendi nu este singurul jucător mare din modă care a preluat în mâinile lui misiunea destul de complicată de a reda publicului importante monumente de artă, palate și site-uri istorice deteriorate de trecerea timpului. În 2011, Diego Della Valle, miliardarul care stă în spatele brandurilor Tod's și Roger Vivier, a pus la bătaie nu mai puțin de 25 de milioane de dolari pentru a restaura Colosseumul (și suma se estimează a crește până la peste 30 de milioane de euro), asociindu-se pentru această misiune grandioasă, dar extrem de complicată, cu Departamentul Arheologic al Romei. A durat 5 ani, s-au refăcut peste 13.000 de metri pătrați de fațade. Iar în această primăvară, în timpul Milano Fashion Week, o mulțime de celebrități și investitori au avut parte de turul de onoare al celebrului monument italian, dar și de o reprezentație privată a Accademia Teatro alla Scala. „De ce să nu fac asta? Sunt italian și mândru de acest lucru. Și cred că da, trebuie să vedem ce putem face și noi pentru țara în care ne-am născut", spunea magnatul Diego Della Valle.

Și ca să rămânem tot în Roma: un alt nume din industria fashion de lux, Bvlgari (parte a aceluiași consorțiu LVMH), a investit până acum peste 1,5 milioane de dolari pentru a restaura treptele baroce care leagă Piazza di Spagna de biserica Trinita del Trinità.

FOTO: GETTY IMAGES, IMAXTREE. Text: Alina Almaș

ITALIA MAKEOVER. DE CE?

OK, veți spune acum. Oare ce i-a apucat pe toți italienii, deodată, să cheltuiască bani în stânga și în dreapta pentru a restaura niște clădiri istorice când, la o simplă comparație, în România se fac eforturi uriașe, naționale, pentru strângerea sumei de 6 milioane de euro astfel încât sculptura lui Brâncuși, *Cumințenia Pământului*, să poată fi expusă într-un muzeu românesc? Ei bine, ca întotdeauna… money talks. În Italia, în urmă cu doi ani, guvernul a anunțat că acele companii care vor investi/dona bani pentru proiecte culturale vor fi scutite de 65% din taxele aferente banilor cheltuiți pentru donație. Așadar, investitorii italieni au plusat. Podul Rialto din Veneția a fost luat sub aripa ocrotitoare a lui Renzo Rosso, antreprenorul din spatele brandurilor Diesel, Marni și Maison Martin Margiela (iar până acum investiția a ajuns la 5 milioane de euro). Cunoscuta și vizitata Galeria Vittorio Emanuele II din Milano este dichisită în acest moment cu ajutorul sumelor donate de casele de modă Prada și Versace, reunite aici într-o alianță care ar părea cu totul improbabilă pe catwalk. Brunello Cucinelli a aruncat în piață un milion de euro pentru a restaura unul dintre arcele etrusce din Solomeo, Umbria. Familia Ferragamo a investit în Palazzo Uffizi și în restaurarea unor opere din galeria de artă peste 600.000 de euro. La fel a făcut și casa Gucci, care a sprijinit cu bani serioși restaurarea unor tapiserii renascentiste semnate Cosimo de' Medici, expuse în Uffizi. Și cele două case de modă italiene nu s-au oprit doar aici. Atât Gucci, cât și Ferragamo, au dat o față nouă unor clădiri istorice din Florența: Museo Gucci a fost deschis într-o clădire din secolul al XIV-lea în Piazza della Signoria, iar Ferragamo a preluat Palazzo Spini Feroni și l-a transformat într-un adevărat bastion al frumusetii pantofilor semnați Ferragamo.

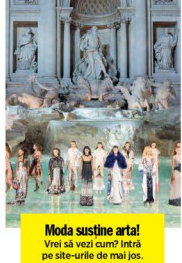
FASHIONABLE ART: COLECȚII ȘI COLECȚIONARI

Actiunile pot părea, unora, păcate ca din cer. Nimic mai greșit: relația caselor mari de modă cu lumea artei, cu muzeele și colecțiile de artă nu a început de ieri, de azi. Fondation Cartier, proiectul ZegnArt, Fondazione Prada, Fondation Louis Vuitton: toate au în comun un singur lucru, și anume, implicarea în artă și susținerea artiștilor.

Fondation Cartier, în Paris, probabil unul dintre cele mai vechi proiecte fashion & art din Franța, a fost inaugurat la Paris în 1994, într-un sediu proiectat de arhitectul Jean Nouvel și este dedicat artei contemporane. În Italia, Miuccia Prada a inaugurat în 1993 proiectul Fondazione Prada, care sprijinea arta contemporană prin proiecte și galerii în întreaga lume, cu un „sediu central" într-un palazzo din Veneția; în urmă cu patru ani, Prada a inaugurat o clădire imensă, dedicată artei contemporane, chiar în Milano (proiect semnat de arhitectul olandez Rem Koolhaas), unde au loc expoziții, proiecții de film, happeninguri artistice. Ermenegildo Zegna a început proiectul ZegnArt în 2012, și de atunci compania a susținut proiecte ale artiștilor din întreaga lume, de la Italia la Mumbai, India. Periodic, la sediul fabricii din Trivero se organizează expoziții pentru publicu cu operele de artă. Construcția Fondation Louis Vuitton a costat grupul LVMH peste 100 de milioane de euro (arhitectura Frank Gehry) și, situat într-un parc public, edificiul reprezintă acum una dintre destinațiile preferate ale amatorilor de artă.

Chiar și firmele din fast-fashion se implică în sprijinirea proiectelor artistice: recent, brandul COS a anunțat o colaborare cu Guggenheim pentru expoziția artistei Agnes Martin (și o nouă colecție inspirată de lucrările acesteia). În România, de doi ani încoace, galeria Kube Musette de pe Calea Victoriei a găzduit zeci de expoziții și evenimente, dintre care putem aminti expozițiile unor artiști ca Rone și Crestincov, Diana Tudose, Martin Balint, Valeriu Șchiau. „Ne dorim să încurajăm manifestări cât mai diverse, din toate domeniile artistice, de la expoziții de obiect, la performance art. Poate părea ciudat pentru public să descopere că o companie care produce încălțăminte și accesorii de lux este implicată cultural și sponsorizează un astfel de proiect. Însă ne-am dorit să sprijinim și să încurajăm artiștii contemporani, să le oferim un loc în care să se manifeste, să se exprime, să fie văzuți. Așa a apărut acest proiect. Este un alt mod prin care Musette contribuie în societate", spune Cristina Bâtlan (fondator Musette). Este unul dintre foarte puținele exemple (alți investitori în artă fiind mai degrabă din zona bancară sau asigurări).

Nu doar companiile s-au implicat în artă. Nici marii proprietari ai caselor de modă nu au stat deoparte de lumea artei: François Pinault (Kering Group, care deține Gucci, Saint Laurent, dar și casa de licitații Christies) deține mai mult de 2.000 de piese semnate Picasso, Damien Hirst și Jeff Koons. Șeful LVMH, Bernard Arnault, are în colecția



Moda susține arta!
Vrei să vezi cum? Intră pe site-urile de mai jos.

Fondation Cartier – platformă pentru artă contemporană, *fondation.cartier.com*

Fondation Louis Vuitton – deschisă în 2006, *fondationlouisvuitton.fr*

Fondazione Prada – *fondazioneprada.org*

Gucci Museo – *guccimuseo.com*

Fondazione Zegna – fondată în anul 2000, cu intenția de a promova valorile artei Italiene – *fondazionezegna.org*

Ferragamo – Palazzo Spini Feroni – *ferragamo.com/museo*

sa piese semnate Andy Warhol sau Henry Moore. Designerul Raf Simons colecționează opere contemporane semnate Evan Holloway, Mike Kelley, Brian Calvin și Sterling Ruby (cu acesta a și lucrat pentru una dintre colecțiile sale masculine), Tom Ford este un alt colecționar (în colecția sa găsim Andy Warhol și Alexander Calder), iar Marc Jacobs are acasă opere semnate de Ed Ruscha și John Baldessari.

Artă, fashion, arhitectură, istorie? Granitele par uneori extrem de subțiri, mai ales atunci când la show-urile haute couture picturi enorme defilează pe podium (ca la Viktor & Rolf), iar expozițiile fashion din întreaga lume (de la Alexander McQueen Savage Beauty, la fotografiile din reviste ale lui Helmut Newton) au avut mai multi vizitatori ca multe alte muzee de artă clasică. Cu siguranță însă exemplul Italiei merită urmat. Atât de multe monumente și locuri fascinante din întreaga lume ar putea avea… un nou outfit, mult mai fashionable.

4 moduri de a purta HAINA DIN BLANĂ

Blana fistichie – în vremurile actuale, obligatoriu ecologică – ar trebui să fie elementul definitoriu al ținutelor tale de sezon, indiferent de afinitățile stilistice.

FOREVER YOUNG

GRUNGE NOSTALGIA

Rucsac, Asos, 34 euro; ceas, Casio, magazin B&B Collection, 249 lei; bocanci, C&A, 149 lei; rochie, C&A, 89,90 lei; șapcă, H&M, 39,90 lei; hanorac, Topshop, 28 lire.

Mantou, H&M, 399 lei

Brățară, 295 lei, talismane, de la 159 lei, toate Pandora; pălărie, H&M, 279 lei; geantă, Meli Melo, 99,99 lei; rochie, Mango, 249,99 lei; helancă, Topshop, 16 lire; pantofi, YRU, *natsygal.com*, 594,68 lei; eșarfă, Zara,49,90 lei.

KATE MOSS ADDICTION

RETRO RELOADED

Pantaloni, Diesel, 3.990 lei; cercei, Mango, 39,90 lei; pantofi, Mineli Boutique, 400 lei; geantă, Proenza Schouler, *farfetch.com*, 734,73 euro; tricou, Guess, 383 lei; bască, Zara, 79,90 lei.

Pălărie, Aldo, 159 lei; ghete, Liu Jo, 970 lei; cercei, Pandora, 1199 lei; cămașă, Max&Co, preț la cerere; geantă, Mango, 99,90 lei; brățară, Marco Bicego, magazin Kultho Boutiques, 4.840 lei; jeanși, Zara, 179,90 lei.

FOTO: PR, IMAXTREE.
Text și stilism: Anca Sfăruță.

ENZO BERTINI

ALEGE, PENTRU IUBITUL TĂU, DINTRE CELE MAI COOL MODELE DE PANTOFI SAU GHETE DIN NOUA COLECȚIE DE TOAMNĂ-IARNĂ 2016 ENZO BERTINI.

Geantă, Piquadro, 2.539 lei

Rucsac, Premiata, 1.499 lei

LA ENZO BERTINI, FIECARE SEZON surprinde cu o nouă colecție de piese atent selectionate, definite prin calitate și rafinament. Oferă-i iubitului tău un cadou rafinat, în ton cu stilul său.
Recomandă-i și lui piesele-cheie ale sezonului de toamnă/iarnă 2016, ce combină estetica momentului prin item-uri casual, urbane sau versatile, în cele mai răvnite nuanțe, menite să îi transforme garderoba pentru sezonul rece într-o manieră subtilă, dar de maxim efect. Colecția este vastă și cuprinde o selecție îndrăzneață ale unor branduri precum Roberto Cavalli, John Galliano, Premiata, Replay, CK-Calvin Klein și Enzo Bertini, ce descriu un univers care se redefinește și se reinventează încontinuu.

Ghete, Roberto Cavalli, 1.999 lei

Ghete, John Galliano, 2.299 lei

Pantofi sport, Premiata, 999 lei

Pantofi sport, CK, 749 lei

Pantofi, Enzo Bertini, 429 lei

Pantofi sport, Enzo Bertini, 429 lei

Pantofi sport, Roberto Cavalli, 1.369 lei

Ghete, Enzo Bertini, 489 lei

Pantofi sport, Enzo Bertini, 399 lei

Ghete, Enzo Bertini, 429 lei

TUDOR CHIRILĂ ȘI HARD ROCK CAFE AU LANSAT UN TRICOU CARITABIL

Tudor Chirilă și Hard Rock Cafe vin cu o propunere trendy pentru cadourile de Sărbători – un tricou caritabil, cu grafica realizată chiar de artist. 5% din încasări vor fi donate pentru construirea unui spital oncologic de copii. Tricoul este unisex, are un desen de inspirație indie și poate deveni piesa de rezistență a unui outfit smart-casual sau urban-chic. Îl puteți găsi în magazinul restaurantului Hard Rock Cafe.

INSPIRAȚIE SWAROVSKI

Celebrează-ți stilul cu un pic de glam rock! Inspirate de stele, incredibilele coliere trendy, „Fantastic", strălucesc șic într-o paletă de gri și cristale clare, împreună cu perlele din cristal gri Swarovski. Începând de la 350 lei – preț cu amănuntul recomandat.

NOILE MINI COUNTRYMAN ȘI MINI COUNTRYMAN PLUG-IN HYBRID, MODELE ANUNȚATE PENTRU PRIMĂVARĂ 2017

Noul MINI Countryman este cel mai mare și mai versatil model din istoria de 57 de ani a mărcii. Fiind o dezvoltare complet nouă, automobilul reflectă acum evoluții considerabile în ceea ce privește spațiul, funcționalitatea, flerul atletic și caracteristicile premium. Cea mai recentă versiune a sistemului de tracțiune integrală ALL4 asigură plăcerea condusului și dincolo de drumurile asfaltate. Mai mult, noul MINI Countryman este primul model al mărcii care este disponibil și cu propulsie hybrid plug-in.

TRĂIEȘTE VIAȚA ÎN CULORI CU ECCO

ECCO invită femeile să aducă culorile la picioarele lor în acest sezon al Sărbătorilor, plin de petreceri, prin lansarea noii game: ECCO COLOUR. Disponibili în trei nuanțe calde pentru a capta spiritul de sărbătoare, noii sneakerși scot în evidență stilul feminin. Noua colecție aduce o energie vibrantă oricărui look. Concepută pentru a atrage atenția asupra purtătoarei, această nouă gamă vivace de sneakerși colorați include nuanțe jucăușe de roșu, galben și albastru, inspirate de trei culori de top ale sezonului. Trăiește-ți viața în culori și captează spiritul de sărbătoare cu noul ECCO SOFT 3 cu un design expresiv și o țesătură artizanală din tricot. Venind direct de pe catwalk, noua gamă ne propune o talpă albă ce oferă o amortizare perfectă și un confort sporit, două aspecte importante pe care le luăm în considerare atunci când ne alegem ținutele de petreceri.

SUPERDRY A AJUNS ÎN ROMÂNIA!

Primul magazin monobrand Superdry, situat la primul etaj al Băneasa Shopping City, în atriumul principal, te așteaptă cu colecții de haine și accesorii feminine și masculine, realizate din materiale inovative cu calități excepționale, atenție acordată detaliilor, croiului riguroase, design vintage și elemente grafice desenate manual, pe care oricine și le dorește în garderobă în sezonul rece. Vândut cu succes în peste 100 de țări din Europa, în peste 400 de magazine din America de Nord și de Sud, în Canada, Australia și Asia, Superdry este unul dintre cele mai populare branduri de haine și accesorii din anul 2003 și până în prezent. Superdry pune accent pe stilul vintage, american, îmbinat cu grafismele decorative japoneze, fiind un brand accesibil și totuși aspirational.

BEAUTY

GHIDUL TĂU DE FRUMUSEȚE, ÎN FIECARE ZI

SANTA, BABY...

Ruj roșu ca focul, manichiură asortată, gene luuungi și un parfum prețios, hmmm..., lookul tău de Crăciun îl va zăpăci chiar și pe Moșu'.

Iubitul tău a rămas peste noapte? Poate împrumuta parfumul tău: One Gold este o formulă unisex, cu note de smochină, iasomie, salvie și, desigur, vetiver, ce potențează substratul lemnos al parfumului.

1. Calvin Klein CK One Gold, 50 ml, 161 lei; 2. Too Faced Melted Matte Longwear Lipstick, 93 lei (doar la Sephora); 3. Sephora Color Hit Nail Polish, 21 lei; 4. Tony Moly Boo Boo Lip Balm, 40 lei; 5. Too Faced Better Than False Lashes Mascara, 150 lei (vândut la Sephora, împreună cu primer gene); 6. Chanel Le Vernis, nuanță Rouge Puissant, 130 lei; 7. Clarins Rouge Éclat, nuanța Red Passion, 99 lei

FOTO: VICTOR OANCEA
Text: Ana-Maria Prunaru

DARK SECRETS

De cum vine iarna, ne tentează culorile reci, întunecate, gotice – orice legătură cu faptul că ne plac la nebunie filmele cu vampiri este pur întâmplătoare! Iată nuanțele care nu trebuie să-ți lipsească din trusă în acest sezon. **DE SAMAR RAJPUT. FOTOGRAFII: HORMIS ANTHONY THARAKAN.**

Choker din diamante, Art Deco Collection; choker din diamante, Orchid Collection.

CASTANIU

Un trend super-iubit în anii '90 – când peste tot vedeam numai buze ciocolatii – moda rujului maro a revenit în forță. Pentru a copia acest look, începe prin a alege nuanța potrivită pentru tonul pielii tale. Există mai multe nuanțe de brun, de la mahon închis și până la cupru lucios sau tonuri intense de ciocolată. Fiindcă această culoare poate face tenul să pară mai palid, combină-l neapărat cu o pudră bronzantă cu textură lucioasă.

Choker din smaralde, The Lotus.

AUBERGINE

E ceva foarte îndrăzneț la culoarea asta închisă, aproape neagră. Pentru ea o astfel de nuanță să-ți iasă, alege un ruj neconvențional în nuanța vinetelor, alături de un creion de buze mat asortat, pe care să-l aplici pe toată suprafața buzei, și abia apoi să așterni rujul. Când optezi pentru o nuanță atât de închisă, permite-i să se afirme prin contrast cu tenul „nude" și un machiaj minimalist al ochilor (doar mascara este suficientă). Pentru extra-precizie, aplică un corector în jurul buzelor, ca să obții un contur perfect.

PRUNĂ
Versiunea mai intensă a nuanței prunelor are acum statut de culoare-cult. Oricum, nu toate prunele sunt la fel, așa că este imperativ să găsești o nuanță care să-ți complimenteze tenul. Dacă subtonul pielii tale este roz, un mov intens precum cel din imagine ar da extrem de bine, la fel ca nuanța vinului ori sângeriul. Pentru pielea cu subton galben, merg rujurile burgundy, maro roșiatic sau roșu precum fructele de pădure. Dacă ai tenul cu subton neutru, ai noroc, te poți juca cu orice nuanță vrei! Păstrează-ți tenul luminos, genele definite și sprâncenele impecabil conturate pentru un impact total.

Colier Fabulously, din cristale, Swarovski.

MODEL: LIANA DAVIES / ANIMA CREATIVE MANAGEMENT. HAIR & MAKE-UP: CHANDONI SINGH.
TEXT: REGHINA SHARMA. Adaptare: Ana-Maria Pruteanu.

SÂNGERIU

Buzele roșii echivalează cu pantoful negru cu toc, în varianta beauty. În acest sezon, designerii au reinterpretat conceptul, făcând din roșul clasic o combinație seducătoare între roșu și maro – rezultând o nuanță de sânge nobil. Pentru a scoate în evidență și mai mult buzele cărnoase, optează pentru pomeți sculptați (evită contouring-ul extrem și optează doar pentru un bronzer mat) și un strat generos de mascara ca tăciunele.

Colier The Dragonfly, Outhouse.

ManiFEST

DESIGUAL

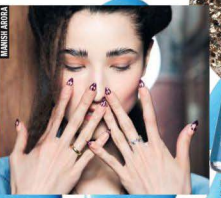
Manichiurile festive te pun în dificultate? Folosește ca sursă de inspirație propunerile designerilor pentru acest sezon.

O.P.I Nail Lacquer, Breakfast at Tiffany's – nuanța Black Dress Not Optional, 47 lei

L'Oréal Paris Vernis Gold Obsession, 15,63 lei

Clasic reinterpretat

Unghiile roșii rămân și în acest sezon un simbol al eleganței și feminității, însă designerii propun și câteva noi idei pentru design. Poartă manichiura french reinterpretată în culisele A Detacher (cu unghii negre și vârfuri albe) și Franchi (bej cu vârfuri albastre, în ton cu machiajul ochilor) sau alege ombré-ul roșu-negru propus de Scott – perfect pentru Crăciun.



MANISH ARORA

Pop-art

Ne-au fascinat și graffitiurile sau desenele artistice propuse de Desigual și Manish Arora, dar și asocierea de auriu cu negru (Leitmotiv), pentru a se asorta cu pleoapele pline de glitter. De altfel, asortarea perfectă a unghiilor cu machiajul sau hainele (cum ai observat la Ashish) este o temă comună în acest sezon.

Bourjois Vernis 1 Seconde Texture Gel, 30,30 lei

Collistar Gloss Nail Lacquer Gel Effect Gold, 35 lei

FOTO: IMAXTREE, PR
Text: Ana-Maria Prunaru

LEITMOTIV

DESIGUAL

Set Pensule Nail Art, 41,90 lei

Melkior Ojă pictură, Black, 29 lei

Neo-grafisme

Liniile grafice întâlnite cu predilecție în machiajul ochilor influențează acum și unghiile (Liberatore), iar culorile aprinse sau/și sidefate (Scott) readuc în vizor moda anilor '90.

Sephora Color Hit Nail Polish, Girls Night Out, 21 lei

Essence I Love Trends, The Metals Nail Polish, 10,90 lei

CREATURES

OLYMPIA

Orient express

Sau, ce zici de semilunele din prezentarea Creatures, ce combină cele mai comune nuanțe metalice, argintiu și auriu (sau alb și auriu la Charlotte Olympia), o idee minunată pentru zilele de Sărbătoare.

Secretul PĂRULUI SĂNĂTOS

Degeaba investești timp și bani în produse pentru păr – uneori este ad litteram nevoie să tai răul de la rădăcină. Ai grijă de scalpul tău și te va răsplăti din plin: păr strălucitor, puternic și chiar mult mai lung. Pe bune!

FOTO: ENIKO SZUCS. STILISM: MELISSA INFANTE. MAKEUP: ANNELIESE TIECK FOLOSIND JOUER COSMETICS PENTRU JUDY CASEY INC. HAISTLE: KIYO IGARASHI FOLOSIND ORIBE. MODEL: MARIANA CORDEBELLA/ELITE NYC. FOTO PRODUS: PR. JEFFREY WESTBROOK/STUDIO D.
Text: Ana-Maria Pianaru

DACĂ TE GÂNDEȘTI BINE, este chiar ciudat faptul că aria de îngrijire a pielii se termină la limita scalpului. „Scalpul este o extensie a tenului și reprezintă un tip unic de piele", susține Francesca Fusco, dermatolog. Capriciile vremii, hormonii și chiar obiceiurile de styling pot destabiliza serios scalpul… și iată cum apar problemele. „Aproximativ un sfert dintre pacienții mei se plâng din cauza scalpului uscat, iritat, cu senzații de mâncărime", spune dr. Fusco. Dereglările pielii capului – un păr tern, cu tendință de rupere sau cu creștere lentă – ne pot afecta serios înfățișarea și, în consecință, respectul de sine. Găsește-ți remediile în ghidul nostru alăturat.

PROBLEMA TA

Păr îngrășat peste noapte? Sigur. Nu trece mai mult de o zi fără să se pleoștească și să se îngrase.

TIPUL SCALPULUI: GRAS

La fel cum fluctuațiile hormonale îți afectează tenul (vezi erupțiile de coșuri pe bărbie), aceste schimbări stimulează și producția de sebum la nivelul scalpului.

SOLUȚIA O dată pe săptămână, folosește o mască pentru păr gras pe bază de argilă, pentru a purifica foliculii. Spală-te zilnic cu șampon, clătindu-te bine după aceea (șamponul uscat nu se pune la socoteală). Folosește un șampon special pentru păr gras, precum Sabio Nettle Shampoo for Oily Hair, (29,03 lei), sau Phyto Purifying Scalp Exfoliating Shampoo (60 lei), pe bază de extracte din plante ce reduc producția de sebum.

PROBLEMA TA

Din senin, scalpul devine iritabil, te strânge și nu te simți deloc confortabil.

TIPUL SCALPULUI: SENSIBIL

Disconfortul întâmplător este cel mai probabil o reacție provocată de produsele aplicate în exces sau reziduuri de cosmetice – chestie comună dacă nu folosești șampon zilnic sau dacă acesta nu face spumă când te speli.

SOLUȚIA O dată pe săptămână, înlocuiește șamponul obișnuit cu un scrub pentru scalp, care va dizolva și elimina reziduurile acumulate. Încearcă Nioxin Scalp Renew Dermabration Treatment (85 lei). Continuă cu un serum calmant, bogat în lipide, precum Wella SP Balance Scalp Energy Serum (147 lei).

PROBLEMA TA

Scalpul tău este ocazional iritat, cu mici „fulgi" de piele uscată.

TIPUL SCALPULUI: USCAT

Aerul hibernal îți depossedează scalpul de umiditate. Uscătoarele de păr și aparatele de îndreptat părul au și ele partea lor de vină.

SOLUȚIA După ce-ți speli părul, folosește o mască sau un balsam cu vitamina E (de exemplu, Revolution Kava Kava Vitamin E Unispheres Mask, 149 lei). Aplică pe rădăcini și masează bine, nu doar pe lungimea părului. O dată la câteva zile, aplică o mască ce dizolvă celulele moarte, înainte de a te spăla cu șampon (poți folosi Kérastase Chronologiste Le Soin Gommage Pre-shampoo, 175 lei).

FYI Scuamele mari, groase sunt, cel mai probabil, mătreață. Un șampon cu zinc piritionă folosit în fiecare zi sau un tratament profesional (cum este Londa Professional Vital Booster Serum, 6 fiole x 10 ml, 65 lei) pot împiedica dezvoltarea bacteriei ce provoacă mătreața pe scalp.

Ești dependentă de șampon uscat?

Sigur, este foarte convenabil, dar este ca și cum ai alege o pudră pentru a-ți curăța fața uleioasă. Adăugarea șamponului uscat în mixul de sebum și transpirație poate bloca foliculii și multiplica bacteriile cauzatoare de iritații. „Atunci când alegi un șampon de îngrijire, asigură-te că se adresează atât părului, cât și scalpului. Ingredientele pentru sănătatea scalpului, precum zinc piritiona, reduc acumularea de sebum în exces, reziduuri de produse și chiar celule moarte", spune dr. Fusco. Poți folosi un șampon antimătreață după ce ai fost nevoită să folosești un șampon uscat.

Poate machiajul să te facă mai eficientă la job?

Poate că sună ciudat, dar nu imposibil: un ruj fain te poate ajuta să avansezi în carieră.

DE KAYLEEN SCHAEFER. FOTO: NICK ONKEN, JEFFREY WESTBROOK, STUDIO D
Traducere și adaptare: Ana-Maria Prundeanu.

PENTRU PRIMA OARĂ ÎN CEI 10 ANI și mai bine din cariera mea, eu sunt șefa. Atunci când oricare dintre cei 13 oameni ce lucrează pentru site-ul de modă pe care îl conduc vrea să scrie vreun articol sau să cheltuie niște bani, pe mine mă întreabă. Am mai multe responsabilități ca niciodată.

Este și prima oară când port machiaj – real, de oameni mari – la serviciu. În fiecare dimineață, folosesc cremă nuanțatoare, creion de sprâncene, contur maro și mascara. Închei cu pudra corai și un ruj roșu. Acest ritual este la fel de important ca momentul în care îmi verific căsuța de email înainte să plec.

Logica din spatele rujului

Mare parte din viața mea în câmpul muncii am avut o relație dezorganizată cu machiajul. Dacă aveam o întâlnire importantă, încercam să-mi conturez măcar sprâncenele, dar mă concentram mai mult asupra muncii în sine. Nu că nu mi-ar fi păsat de cum arătam, însă ideea de a câștiga o ofertă (sau chiar respect) în parte pe baza unei manichiuri perfecte mi se părea nedreaptă și ușor deprimantă. Oricine petrece atât de mult timp pentru a-și studia aspectul fizic nu poate munci prea mult, mă gândeam eu. Și nu simteam că asta ar fi contat prea mult.

Recent însă, convingerile

mi-au fost puse la încercare. Înainte să obțin acest job, am avut o șefă al cărei stil de conducere mă determina să verific de trei ori un mail înainte să-l trimit – efectiv mă speria. Cu toate acestea, ea ne anunța nonșalant că pleacă la ora 4 să-și vopsească părul. „Dacă nu aș avea atâtea fire albe, nu ar trebui să mă duc atât de des", bombănea ea. Pe când o priveam plecând, conștientă fiind că aveam să rămân acolo ore întregi lucrând la mai știu eu ce proiect i se năzărise – întrebându-mă când voi avea și eu o așa putere – mi-a încolțit o idee. Dacă vrei să ieși în față la serviciu, grija față de aspectul fizic face parte din treaba ta.

Cercetările o confirmă. În cadrul unui studiu efectuat în 2011, unui grup format din 91 de bărbați și 177 femei li s-au arătat portretele a 25 de femei. Cei cărora li s-au arătat poze cu femei machiate le-au etichetat pe acestea ca fiind mai competente și mai atrăgătoare. Deci știința sugerează că sărutul peste acest pas poate fi o formă de autosabotaj.

Semne mute

O parte din mine nu vrea să creadă toate astea. Joburile noastre au evoluat suficient pentru a putea purta pantaloni la serviciu fără să fim penalizate profesional – de ce nu ne-am putea face treaba bine purtând doar balsam pe buze? Oare bărbații se preocupă să își camufleze pungile de sub ochi pentru a-și impresiona șefu'?

„Este extrem de deranjant să spui că trebuie să porți machiaj ca să ai succes", spune Haideh Hirmand, chirurg plastician și profesor asistent clinic în cadrul Weill Cornell Medical College din New York (Hirmand scrie și ține prelegeri despre frumusețe), „dar știința arată că oamenii te judecă după înfățișare. Ignoră asta și te privezi de o unealtă care te poate ajuta să reușești."

Nu voi trata niciodată jobul ca pe un concurs de frumusețe, dar admit faptul că această prezentare trimite semnale clare, vocale. Îmi amintesc când prietena mea (extrem de capabilă) mi-a mărturisit că a fost criticată de un client pentru că s-a prezentat la o ședință matinală cu părul încă umed. Pentru sine, totul se rezuma la uscarea părului la aer, dar pentru client, părea ca și cum ea dormise prea mult și se pregătise pe fugă. Totodată, o față nemachiată poate da indicii de introversie. Am fost pe cont propriu ani de zile, lucrând cu fața nespălată, la câțiva pași de dormitor. Și mi-era bine, pentru că nu mă vedea nimeni. Deși știu că am ocupat acest post pe merit, ideea de a apărea nemachiată la o ședință ar putea face să pară că nu sunt încă pregătită să dau ochii cu oamenii. Ca lider, nu pot să-mi permit o astfel de asociere, chiar dacă e numai în capul meu.

Femeile de succes consideră de multe ori că machiajul face parte din pachet. Cancelarul german Angela Merkel a declarat pentru Reuters că apelează la un makeup artist. Având în vedere cât efort depun în munca mea, am realizat că nu ar strica să pun mai mult preț și pe aspectul meu fizic.

Cum funcționează machiajul meu

Aplicarea machiajului pentru a merge la muncă a început ca un soi de experiment secret. Îl purtam pentru a genera vibrații de șef. Pe lângă stabilirea agendei, era doar o altă tactică din arsenalul meu de trucuri. Iar acum, machiajul este esențial, nu dau ochii cu echipa mea fără machiaj.

Machiajul nu va face pe nimeni lider din senin, avertizează Anne Lueneburger, doctor și fondator North of Neutral, care a lucrat cu lideri ai unor companii precum Google sau LinkedIn, dar te poate ajuta să intri în rolul de conducător sau îți poate oferi încrederea necesară în carieră, ce-i face pe ceilalți să creadă în tine ca șef. „Dacă te gândești la o casă, aspectul fizic este ușa de la intrare", spune aceasta. „Nu este la fel de important precum proiectul tău sau modul în care comunici, dar contează."

Chestia este că știu că merit să fiu unde sunt – pentru că sunt deșteaptă și capabilă. Poate creionul de pleoape de la Chanel sau rujul Nars nu sunt magice, dar fac minuni. Cu ochii conturați și buzele definite, arăt hotărâtă – ca o persoană cu autoritate ce merită atenția. Cu machiajul potrivit, sunt capabilă să pun în practică idei mult mai eficient. Costumul e ca o garanție pentru mine – și toți ceilalți – că email-urile mele nu vor fi ignorate, că eu dețin controlul.

Machiajul care lucrează (cot la cot cu tine):

1 Nars Matte Lipstick, Jungle Red, 28 dolari
2 Chanel Stylo Waterproof Long Lasting Eyeliner, 130 lei
3 Giorgio Armani Luminous Silk Compact, 319 lei
4 Dior Diorshow Mascara, 157 lei

BLURRED LINES

DACĂ SILUETA TUNATĂ, CU BUZE PNEUMATICE, ATÂT DE LA MODĂ ÎN ULTIMII ANI, NU MAI ESTE GENUL TĂU, AVEM VEȘTI BUNE DE PE CATWALKURI: POȚI FI ÎN TENDINȚE ȘI ADOPTÂND UN LOOK ANDROGIN, NEPĂRTINITOR DIN PUNCTUL DE VEDERE AL GENULUI.

De INGEBOURG VAN LOTRINGEN Fotografii de ANTHONY EDWIN Styling SAIERY STEMP

Traducere și adaptare: Ana-Maria Prunaru

BĂIEȚEȘTE

Pentru a crea stilul de machiaj pe care noi îl numim „anti-Bardot", uită de conturul „cat-eye" tradițional și accentuează, în schimb, pliul și colțurile ochilor. Este ceva îndrăzneț și se încadrează în stilul grafic. Vei avea nevoie de un creion kohl cât mai bont ori gros.

A FOST ODATĂ...

...Într-un univers îndepărtat (mă rog, prin anii '70-'80), fetele arătau ca băieții, iar băieții arătau ca fetele. Iar din punctul de vedere al lui Terry Barber, director de machiaj artistic în cadrul M.A.C, ăsta era un lucru bun. „Sexualitatea reală, adevăratul stil vine din jocul cu stilul și convențiile fiecărui gen", spune acesta. „În anii '70 și '80, Grace Jones și Annie Lennox arătau ca niște bărbați prezentabili, dar nu și-au pierdut nicio clipă feminitatea. În același timp, Bowie și Prince purtau mai mult machiaj și zorzoane decât majoritatea femeilor, și totuși nu păreau efeminați." Astăzi, după ani în care femeile s-au lăsat duse de valul Kardashian, iar bărbații au dat curs curentului lumbersexual (cămăși în carouri, bărbi lungi, păr tapat în frunte – probabil i-ai remarcat și tu prin cluburi), noul estetic este un hibrid neutru. Dacă vrei să-ți faci o idee despre ce vorbim, trebuie să vezi noua campanie de machiaj unisex de la M.A.C. „Fete și băieți, vreți să vă accentuați trăsăturile, nu să le schimbați", spune Barber.

TAKE A BOWIE

E vorba despre sclipici, dar cu o tentă inspirată de David Bowie, nu de Barbie. Acesta este machiajul de decor, mai degrabă decât varianta sclipicioasă pentru sâmbătă seara, creat prin simpla linie grafică argintie de-a lungul sprâncenelor.

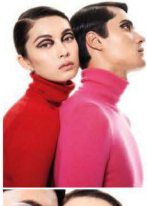
BUZE RECI

Sprâncenele bogate, închise, și buzele aproape negre se potrivesc de minune, formând un look șic, mai degrabă masculin decât feminin. Pentru a evita să cazi în extrema „goth", lasă restul feței *nude*, uniform și luminos.

DOI FRAȚI

Aceste accente curate de culoare țin mai degrabă de artă decât de machiaj, aplicat pur și simplu, cu o oarecare precizie – nu chiar la întâmplare. Alege orice culoare aprinsă care simți că ți se potrivește cu dispoziția, tonul pielii, hainele tale sau orice altceva.

THE LOOK



BĂIEȚEȘTE

„Folosește un fard stick negru pentru a trasa conturul pliului ochilor", spune Kenneth Soh, makeup artistul care a realizat acest pictorial. „Estompează linia cu o pensulă pufoasă pentru un efect difuz. Intensifică apoi cu o pensulă plată cu tuș/fard sub formă de gel. Estompează din nou pentru a obține un efect ușor neglijent, apoi curăță marginile în partea centrală a pleoapei cu o pensulă rotunjită, îmbibată în apă micelară. Curbează genele și sari peste mascara, iar buzele lasă-le naturale sau aplică un balsam."

Sephora Intense Gel Pencil, Black, 37 lei; Bobbi Brown Long-Wear Collection Eyeshadow, 109 lei; Elizabeth Arden Eight Hour Cream Lip Protectant Stick, 112 lei

TAKE A BOWIE

„Aplică difuz pigment argintiu amestecat cu bază și trasează o linie pe sub sprâncene: pe cât de dese sunt acestea, pe atât de groasă să fie și dunga de dedesubt", spune Soh. „Folosește curba naturală a sprâncenelor pe post de model, cu excepția cazului în care sunt prea arcuite – atunci trasează o linie dreaptă. Amestecă bază sau primer pentru glitter cu sclipici argintiu și așterne-l pe deasupra liniei. Pielea să rămână curată, cu un pic de pudră deschisă de contur sub pomeți și în jurul ochilor.

Maybelline NY Face Studio Master Sculpt, 46 lei; M.A.C Star Trek Liquid Eyeliner, Nocturnal, 89 lei; M.A.C Trolls Glitter Transparent Teal, 104 lei

BUZE RECI

„O mascara maro pentru gene sau un creion moale, dar bont, pentru sprâncene, îți trebuie pentru a umple golurile dintre peri. Calmează firele rebele cu un gel transparent", mai spune Soh. „Conturează și umple buzele cu un creion în nuanța prunei, estompează cu vârful inelarului, apoi aplică un ruj sângeriu lichid. Pentru toate machiajele am înviorat tenul cu o mască și serumuri. Am folosit cremă nuanțatoare doar unde a fost nevoie; aceste lookuri sunt fresh, nu de... plastic!"

Bourjois City Radiance Foundation, 69,7 lei; Chanel Rouge Coco Stylo, Recit, 130 lei; M.A.C Lipintensity Lipstick, Cordovan, 94 lei

DOI FRAȚI

„Creează o bază curată în jurul ochilor, folosind fond de ten. Apoi folosește un creion viu colorat pentru a trasa un contur gros pe sub genele inferioare", spune Soh. „Fixează cu pudră într-o culoare complementară (am folosit roșu pe fucsia pentru modelul nostru feminin) pentru un efect bi-ton fin; aplică-l cu o pensulă subțire și estompează dâra de creion fără să-i alterezi forma. Aplică gloss pe pleoapele superioare, pentru că nu trebuie să fie acțiune doar în partea de jos."

Givenchy Khol Couture, 100 lei; M.A.C It's a Strike Eye Shadow, Bowlarama, 83 lei; Collistar Magic Gloss Infinite Colour, Nudo Intriganti, 85 lei

BEAUTY DIRECTIONING/BURG VAN LOTRINGEN. MAKE-UP: KENNETH SOH/FRANKAGENCY. HAIR: HEATH MASSI/FRANK AGENCY. MODELE: MIA HANDO/ESTABLISHED, ROBIN LOO/AMICK MODELS.

BON VOYAGE!

Trusa lui de îngrijire are nevoie de un update serios — de Crăciun, fă-i cadou tot ce îi trebuie pentru a-l face să arăte bine atât acasă, cât și în deplasare.

1. DANTURĂ PERFECT CURATĂ. Mercy Handy Toothpaste, 19 lei (exclusiv la Sephora). **2. TRATAMENT DE HIDRATARE.** Glam Glow Thirsty Mud, 232 lei (exclusiv Sephora); **3. INSPIRAȚIE FĂRĂ TRANSPIRAȚIE.** Nivea Men Protect&Care Non Irritating Stick, 13,40 lei; **4. OCHI OBOSIȚI.** Clarins Men Anti-Fatigue Eye Serum, 159 lei (Sephora); **5. BARBĂ ASPRĂ.** Sephora Shaving Brush 100% Natural Hairs, 173 lei; **6. BUZE USCATE.** La Mer The Lip Balm (exclusiv la Sephora); **7. DUS ALL-INCLUSIVE.** Kiehl's Cross-Terrain Energizing Shower Cleanser for Face, Hair and Body, 45 lei; **8. CONFORT POST-BĂRBIERIT.** Chanel Homme Sport After-shave Moisturizer, 234 lei; **9. SPUMĂ DELICATĂ.** Sephora Super-gentle Shaving Foam, 31 lei; **10. PARFUM ENERGIZANT.** Biotherm Homme Aquafitness EDT, 205 lei; **11. CEARCĂNE.** Clinique For men Cooling Eye Gel, 148 lei; **12. PĂR DISCIPLINAT.** Bumble and Bumble Sumotech Pastă de Modelat, 112 lei (exclusiv la Sephora); **13. COȘURI SUB CONTROL.** Yves Rocher Stop Blemish 4-in-1 Solution, 36 lei

FOTO: VICTOR OANCEA. Text: Ana-Maria Prundru

CUM ÎȚI ASCUNZI PETELE PIGMENTARE

Coșurile nu reprezintă singurul lucru care ne desparte de un ten fără cusur...

CE ESTE PIGMENTAREA

Înainte să te declari (din nou) lipsită de noroc din cauză că ai detectat ceva pete maronii pe față, află că nu ești singura; colorarea neuniformă a pielii afectează ambele sexe, indiferent de culoarea pielii/rasă. Procesul este destul de simplu, în sensul că petele apar ca o reacție de apărare a organismului, manifestată printr-un exces de melanină în zonele în care se detectează o agresiune asupra pielii.

CÂT DESPRE HIPERPIGMENTARE...

Excesul de melanină ivit la suprafața pielii poate fi pus pe seama mai multor factori. Astfel, hiperpigmentarea poate apărea sub formă de MELASMĂ (din cauza dezechilibrelor hormonale), CLOASMĂ (în perioada sarcinii), LENTIGO (vârstă înaintată, expunere îndelungată și neprotejată la soare, afecțiuni hepatice) sau hiperpigmentarea post-inflamatorie, manifestată prin apariția de pete în zonele în care au fost răni, acnee, al cărei aspect poate fi agravat în urma expunerii neprotejate la soare.

CUM O TRATĂM?

Părerea unui dermatolog este absolut necesară în identificarea tratamentului potrivit, în funcție de cauza și natura hiperpigmentării. În cazul melasmei se recomandă hidrochinona, acidul azelaic, corticosteroizii și tretinoina, iar ca proceduri se poate recurge la micro-peeling și IPL. Cloasma însă, specifică gravidelor, trece de la sine.

În cazul hiperpigmentării post-inflamatorii, importantă este intervenția imediată (și prevenția joacă un rol crucial: nu-ți mai ataca coșurile și nu te expune la soare, poartă SPF în fiecare zi), cu substanțe precum acidul glicolic. Retinoizii, acidul kojic, dar și hidrochinona și acidul azelaic. Tratamentele profesionale recomandate includ microdermabraziunea și lumina intens pulsată.

PERFECT PENTRU ESTOMPAREA PETELOR MARONII

Amestecă un vârf de lingurița de turmeric cu lapte crud și aplică local pe zonele pătate, inclusiv pe cearcăne. După 2-3 săptămâni în care aplici zilnic amestecul, vei vedea că petele dispar.

SOLUȚII CONTRA PETE ÎNTUNECATE

1. Repêchage Brightening Skin Correcting Serum, 258 lei; 2. Clinique Even Better Skin Tone Correcting Moisturizer, 246 lei; 3. Estée Lauder Enlighten Dark Spot Correcting Night Serum, 363 lei; 4. Guinot Instant Brightening Mask, 361 lei/set; 5. Murad Intensive C Radiance Peel, 338 lei (Sephora); 6. La Prairie White Caviar Spot Treatment, 643 lei; 7. Sabio Papaya Mango sapun facial pete, 29,03 lei.

FOTO: GETTY IMAGES, PR
Text: Ana-Maria Prunaru

O PORȚIE DE TURTĂ DULCE
Încearcă un peeling revigorant cu aromă delicioasă de turtă dulce: Sweet Secret by Farmona (35 lei), disponibil pe vegis.ro.

MASAJ ENERGIZANT
Scrubul este garantul unei piei fine și suple. Alege un exfoliant dulce precum cel de la Stenders (49 lei) cu zahăr nisipiu (Douglas).

RĂSFĂȚ!
Mult așteptatele game de Crăciun de la The Body Shop sunt aici, mai spectaculoase ca niciodată. Noua noastră dependență: gelul de duș Vanila Chai (35 lei), cu vanilie din Madagascar.

BUZE MOI
Hidratează-ți permanent buzele cu un balsam, mai ales când bate vântul, și evită să le umezești cu salivă. Ce zici de TonyMoly Mini Green Apple Lip Balm (35 lei, doar la Sephora).

ATMOSFERĂ DE SĂRBĂTOARE
Tartele aromate pentru arzător de la Yankee Candle – în imagine, Star Anise & Orange (9,99 lei), disponibilă pe yankeeland.ro – îți vor umple casa de arome specifice sezonului.

Dulcețuri de sezon

Scorțișoară, vanilie, mere coapte, caramel, turtă dulce... aromele ce vin din bucătărie nu te lasă să-ți vezi de dietă? Hrănește-ți doar simțurile, folosind produse inspirate de dulciurile de sezon.

ÎN ASTEPTAREA MOȘULUI
Răsfață-te cu o baie spumoasă, cu arome de măr, scorțișoară, prune și vanilie, din spumantele de baie Avon Santa-Claus și Reindeer (10,99 lei fiecare).

MÂINI HRĂNITE
Cremele pentru mâini din colecția pentru Crăciun de la Yves Rocher pot crea dependență, grație aromelor de clementine, merișoare și migdale sau pere și cacao (13,90 lei fiecare).

MÂINI DELICATE
Este sezonul în care mâinile se usucă din cauza frigului, iar săpunul poate contribui la deshidratarea lor. Spală-le cu un săpun delicat, precum Grace Cole Boutique Collection Ginger Lily & Mandarin (39 lei, exclusiv la Douglas).

HIDRATARE DELICIOASĂ
Pielea are nevoie de hidratare, în special în sezonul rece. Încearcă un lapte de corp divin: Magic Spa de la Farmona (49,88 lei), cu vanilie și miere, disponibil pe vegis.ro.

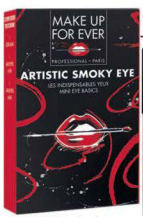
HRANĂ PENTRU PIELEA USCATĂ
Când crema nu face față pielii tale uscate, intră în scenă untul de corp Bielenda cu caramel și ciocolată (23,90 lei), de pe vegis.ro.

FOTO: PR
Text: Ana-Maria Prunaru

10 CADOURI CU STIL, DE LA SEPHORA

Culori delicioase, arome divine și truse magice pentru un look perfect de Sărbători; le găsești pe toate la **Sephora**, locul unde frumusețea chiar poate fi cumpărată!

1



Trusă Artistic Smoky de la Make Up For Ever, 94 lei

Un „smoky", te rog!
Machiajul cu ochi înfumurați nu e chiar floare la urechi... De fapt, nu era până acum; cu trusa Artistic Smoky de la Make Up For Ever, ai la dispoziție două creioane Aqua XL – maro și negru, în funcție de look-ul dorit, și mascara iconică Excessive Lash, preferata make-up artiștilor!

2

Paleta, Sephora Geometricolor, 184 lei

Geometria culorilor
Cauți un cadou pentru prietena ta cea mai bună? Ce-ai zice de o trusă de machiaj all-in-one? Geometricolor Palette de la Sephora conține nici mai mult nici mai puțin decât... 80 de farduri de pleoape, „doar" 32 de glossuri (pe bune, ai avut vreodată atât de multe?), șase tușuri cremă pentru pleoape, patru farduri de obraz, patru pudre și tot atâtea farduri pudră pentru sprâncene. În plus, există și două carduri cu tutoriale de machiaj. Ce să mai, e un fel de makeup artist portabil!

3

Uleiul de corp sclipitor, The Glamorous de la Sephora, 27 lei

Touch of gold
E sezonul în care petrecerile se țin lanț, iar ținutele tale au nevoie de concursul pielii sublime: uleiul de corp sclipitor de la Sephora este un dar ce-ți complimentează pielea.

4

Prisme Visage Harmonie de la Givenchy, 224 lei

Pudra „icon"
Orice femeie trebuie să o aibă măcar o dată: pudriera Prisme Visage Harmonie de la Givenchy nu e doar garanția unui ten sublim, ci și un accesoriu stilat pentru poșeta ta.

5

Parfumul Jimmy Choo Illicit, 60 ml/350 lei

Magnetism la sticlă
Parfumul Illicit de la Jimmy Choo poate fi definit drept luminos și incitant, grație notelor sale orientale, perfecte pentru a încălzi atmosfera în sezonul hibernal. Accentele sale condimentate de ghimbir, asociate celor de iasomie și ambră, vor fascina irremediabil simțul olfactiv al celui/celei care-l va simți în nări. Motiv numai bun să-l dăruiești cuiva drag, chiar dacă asta înseamnă să îți-l faci cadou ca să-l adulmece iubitul tău.

Golden Bath, kitul de baie cu 4 produse, de la Sephora, 119 lei

6

▲ Răsfăț total

Pentru ca Sărbătorile să se facă simțite chiar și în ritualul tău de îngrijire, Sephora propune un kit pentru baie ce încântă simțurile cu note pufoase de floare de bumbac. Setul conține un gel de duș/spumă de baie, cremă pentru mâini, săpun parfumat și o cremă cu o textură luxuriantă pentru corp.

Paleta Chocolate Shop de la Too Faced, 259 lei

7

▲ Pentru gurmande și nu numai...

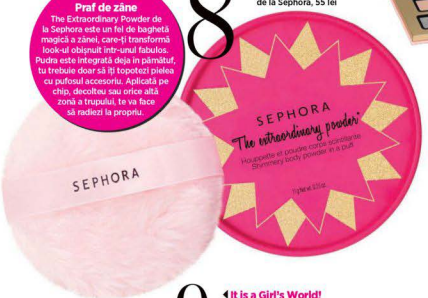
Paleta Chocolate Shop de la Too Faced, disponibilă doar la Sephora, este o încântare pentru privire, grație conceptului său inedit ediție limitată, de ciocolaterie în miniatură, în stilul binecunoscut al brandului. Dincolo de aspectul copilăros însă, paleta oferă surprize „serioase": 21 de nuanțe de fard cu nume absolut delicioase, un trio pentru a te juca cu lumina și umbra – iluminator, bronzer și blush, un ruj „milkshake", bază pentru fard și celebra mascara Better than Sex.

Praf de zâne

The Extraordinary Powder de la Sephora este un fel de baghetă magică a zânei, care-ți transformă look-ul obișnuit într-unul fabulos. Pudra este integrată deja în pământuf, tu trebuie doar să îți topotezi pielea cu pufosul accesoriu. Aplicată pe chip, decolteu sau orice altă zonă a trupului, te va face să radiezi la propriu.

8

Pudra The Extraordinary de la Sephora, 55 lei



9

◀ It is a Girl's World!

Brandul Benefit, disponibil doar la Sephora, oferă surprize adorabile în acest sezon. Preferatul nostru este kitul Girlesque, în a cărui cutie simpatică în stil burlesc vei găsi mascara care a făcut furori în lumea genelor – They're Real Beyond Black, soluția pentru micșorarea porilor Porefessional, pudra Hoola și pigmentul pentru obraji și buze Benetint, toate în mărime full.

Kitul Girlesque, de la Benefit, 230 lei

Setul Magic Food Gift de la Tonymoly, 94 lei

10

▲ Ceva dulce

Kitul Happy Sweet Magic Food de la TonyMoly conține banana-cremă pentru mâini, cireaşa-balsam de buze și mărul-cremă peeling. Pentru un ritual de-li-cios!

PULBERE DE STELE

Surpriza Guerlain pentru Crăciun te va învălui într-o aură strălucitoare. Purtând numele pe care oricine îl asociază brandului Guerlain, Shalimar, colecția de inspirație indiană reunește, printre altele, legendarele perle Meteorites într-un recipient de poveste, pudra Terracotta și o pudră prețioasă ediție limitată – Souffle d'Or, cu note parfumate de bergamotă, flori de portocal și vanilie.

COLECȚIA DE SĂRBĂTOARE DE LA CHANEL ▲

Denumită sugestiv *Collection Libre – Synthetic de Chanel*, colecția propusă de Chanel pentru sezonul hibernal este inspirată din lumea urbană actuală, în care designerul Lucia Pica transpune sticla, metalul și siliconul într-o paletă de culori industriale, contrastate de nuanțe vibrante, hipnotizante. Te vei putea bucura de o paletă de 5 culori – Architectonic, în ediție limitată, un blush, eyeliner cremă, rujuri, glossuri și lacuri de unghii, plus numeroase alte surprize în ediție limitată, deci... de neratat!

SEXY queen TOATĂ LUNA ASTA!

Ai chef de shopping? Fii cu ochii pe noile apariții.

Aur de la Dior ▲

Splendor, colecția Dior pentru sezonul festiv, aduce din nou aurul în centrul atenției. În stilul cu care ne-a obișnuit deja, colecția nouă surprinde însă grație texturilor 3D ale paletelor de farduri, cu aspect de paiete, o linie nouă de rujuri-blush fluide mate, lacuri de unghii fabuloase, glossuri și pudriera vedetă a colecției, Diorific Splendor.

RITUAL PRO-PERFECȚIUNE ▼

Gama Revitalift Filler (HA) de la L'Oréal Paris poate fi cadoul pe care nici nu știai că îți-l dorești de Crăciun: un ten perfect, fără riduri, fermitate și luminozitate. Aplică mai întâi serumul concentrat, cu acid hialuronic pur pentru revoluționarea tenului, un aspect mai neted și mai multă fermitate, apoi continuă cu crema de zi sau de noapte din gamă.

▲ *BEAUTY OF GIVING* – O CAMPANIE DOUGLAS PENTRU HOSPICE CASA SPERANȚEI

Douglas România lansează în rețeaua sa de magazine și în magazinul online *www.douglas.ro* campania de strângere de fonduri *Beauty of Giving*, prin care va sponsoriza Fundatia HOSPICE Casa Speranței – o organizație non-profit înființată în 1992 la Brașov și care a introdus în România, pentru prima oară, conceptul de îngrijire paliativă – cu câte 10 lei din vânzarea fiecărei palete de machiaj Douglas Bubble Palette, în valoare de 119 lei. Obiectivul pe care Douglas și-l propune este atingerea sumei de 35.000 de lei pe durata campaniei: 25 noiembrie – 24 decembrie 2016. Implică-te și tu!

FOTO: PR
text: Ana Maria Prundiș

Dăruiește sărbătoare fiecărei persoane dragi!

AVON

www.avon.ro

ANNAMARIA CAMMILLI: DUNE CUBIC COLLECTION

Fiind colecția principală a conceptului Color Stone, Dune Cubic este o ramă în mișcare, ca un cer multifațetat care este portretizat în toate celelalte colecții de grup. Piatra lunii, calcedonia și ametistul verde cu nuanțe variate ajută la crearea unui dinamism uimitor, care devine posibil și datorită mixului de auriu clasic și pietre în culori variate, pentru a crea efecte cromatice extraordinare. Formele unghiulare delicate, înfrumusetate de marginile glossy și de profunzimea efectelor mate, rămân întipărite în memoria vizuală. Colecția este disponibilă în Kultho boutiques.

(MAKE) IT YOUR OWN GRAVEAZĂ-ȚI CEASUL FOSSIL

Cumpără un ceas Fossil în perioada 28 noiembrie – 11 decembrie și personalizează-l cu mesajul dorit! Te așteptăm în weekend, în magazinele participante, pentru a beneficia de gravare gratuită: Unirea Shopping Center Be in time: 3-4 Decembrie 2016, Park Lake Be in time: 10-11 Decembrie 2016. Regulamentul campaniei este disponibil online, pe www.bbcollection.ro

CLOCHE – SPECIFIC, SOFISTICAT, UNIC

Colecția CLOCHE Autum-Winter 2016 este fresh, purtabilă, cool, cu multe influențe ale anilor '80, care ne amintesc de șifonierul uitat al mamei, în care se regăseau cele mai interesante cămăși de mătase cu fundă supradimensionată și fuste scurte din piele. Materialele folosite cu precădere sunt mătase, bumbac, brocart, lamé cu fir argintiu și piele ecologică. '80s are back and we are loving it!

MAGIE DE CRĂCIUN CU PANDORA

Texturi complementare, cu forme captivante, bijuterii care emană magia Crăciunului și jocuri de lumini extraordinare oferă strălucire constelațiilor și modelelor de gheață în moduri inovatoare, care îți taie răsuflarea.

Modelele vesele dezvăluie bucuria Crăciunului privită prin ochii unui copil, oferind moduri nenumărate de a crea combinații unice și atemporale. Finisate manual și realizate din argint 925, pietre lucitoare și email colorat, aceste designuri meticulos produse devin cadouri perfecte de Crăciun – amplificând bucuria de a dărui – sau pot fi suvenire personale pentru tradiții și amintiri prețioase legate de Sărbătorile de iarnă. PANDORA a lansat recent colierul și pandantivul Medalion Plutitor, iar elementele miniaturale Christmas Wonder Petites – un set de trei mici talismane care pot fi puse în medalionul din cristal de safir – reprezintă un cadou de Crăciun ideal și plin de semnificație.

FREYWILLE DEZVĂLUIE *THE ULTIMATE KISS*

Pe 20 octombrie, în Sufrageria Regală de la Muzeul Național de Artă al României, pe acorduri de vioară și într-un decor fascinant, FREYWILLE a sărbătorit 65 de ani de design unic în email și 7 ani magici în România. Sufrageria Regală a fost locul în care arta a întâlnit iubirea, frumosul și sensibilitatea, prin lansarea colecției Hommage à Gustav Klimt – *The Ultimate Kiss*.

Reprezentanți ai celor mai importante companii austriece în București, reprezentanți Ambasadei Austriei la București, domnul Gerd Bommer, reprezentanți media, dar și nume sonore precum Maia Morgenstern, Andreea Berecleanu, Andreea Esca și Alexandre Eram, Loredana Dinu, Sandra Izbașa, Camelia Potec, Rucsandra Hurezeanu, Andreea Ibacka, Anca Serea, Sonia Argint Ionescu, Lidia Buble, Mihai Albu, Claudia Pavel, Xonia, au păsit într-un univers în care jocul optic de auriu în email al *The Ultimate Kiss* cucerește, fascinează și copleșește – întocmai ca iubirea surprinsă de Gustav Klimt în celebra sa operă.

INTRĂ ÎN SPIRITUL SĂRBĂTORILOR

Perioada Sărbătorilor vine cu două tăișuri: ești fericită pentru că ai vacanță și o să-i revezi pe cei dragi, însă intervine în același timp presiunea de a fi veselă și generoasă cu toată lumea. Dacă pur și simplu nu te simți pătrunsă de spiritul Sărbătorilor, încearcă aceste trucuri de bună dispoziție.

#1

ÎNCEPE O COMPETIȚIE A DECORAȚIUNILOR

Chiar dacă e ultimul lucru la care-ți stă gândul, spiritul competitiv îți va oferi imediat un shot de adrenalină. Vorbește cu prietenele și puneți la cale o competiție a decorațiunilor de Crăciun. Nu trebuie să umpli casa cu globuri sclipicioase – pe Pinterest vei găsi o grămadă de idei moderne&chic, care îți vor transforma casa într-un loc vesel și primitor.

#2

UITĂ-TE LA FILME DE SEZON

Fă un maraton de filme cu tematică de Crăciun și te vei înmuia imediat. Preferatele noastre sunt *Love Actually, The Holiday* și *Jack Frost*. Caută și ceva rețete de brioșe sau biscuiți cu scorțișoară, fă-ți o ciocolată caldă cu frișcă și răsfățul va fi complet.

#3

APRINDE LUMÂNĂRI PARFUMATE

Lumina caldă a lumânărilor și diversitatea aromelor (poți găsi unele speciale pentru Crăciun) te vor binedispune imediat și îți vor da o stare de confort emoțional. Iar dacă vei petrece Crăciunul „în deplasare", ia cu tine acele obiecte care îți dau o stare familiară de relaxare (lumânărele, o pătură pufoasă etc.).

#4

INVENTEAZĂ JOCURI DE SEZON

Vacanța de Sărbători la ai tăi nu va fi deloc plictisitoare dacă inventezi niște jocuri distractive. Provoacă-i pe toți să intre-n horă, faceți echipe și acordați premii dulci, abia scoase din cuptor. Timpul nu stă-n loc, așa că gândește-te de pe acum la câteva jocuri haioase sau treci pe la mall și cumpără unele de-a gata.

FOTO: SERKAN EMIROGLU. ASISTENT FOTO: SERVET ESKIN. STILIST: EBRU GÜLCEK. ASISTENT STILIST: ECE SISIK. MAKEUP: ANDREA SHEEHAN. HAIRSTYLE: IBRAHIM JUNIOR
Text: Teodora Tircă.

CELE 12 ADEVĂRURI ALE CRĂCIUNULUI

Dacă e să credem în ce vedem în filmele lui Richard Curtis (și de cele mai multe ori ar cam trebui), ăsta e sezonul în care ar fi ideal să fim sinceri unii cu ceilalți. Cu lucrul ăsta în minte, **Amy Grier**, colaboratoarea noastră, ne spune, cât de festiv poate, de ce ar trebui să spunem lucrurilor pe nume.

Completează propoziția: ăsta va fi anul în care în sfârșit voi... Păi, tocmai. Majoritatea dintre noi începem chiar de pe-acum călătoria sezonieră către fantezie și bine intenționată autopăcăleală. Ne promitem că anul ăsta musai luăm cadourile din timp și în niciun caz nu ne vom mai lăsa prinse (din nou!) sub vâscul de pe ușa barului din colț, lângă barmanul ăla ciudat, care se costumează mereu în elf. Cu toții facem de Crăciun promisiuni pe care nu le putem ține. Dar pentru că a fi avertizat înseamnă să câștigi pe jumătate lupta, iată ghidul crud de onest, poate, în ceea ce privește ce o să se întâmple cu adevărat în aceste ultime zile din 2016...

FOTO: MARIA DE MIGUEL. ASISTENT FOTO: VICTOR GIL. STILISM: JUNCAL CUCULLO. MAKEUP ȘI HAIR: PITI PASTOR (ANA PRADO) PENTRU MAC ȘI GHD. MODEL: PAULA /BLOW MODELS.
Traducere și adaptare: Roxana Dobriță

1 Promisiunea. O să afli în sfârșit cum poți să faci orice ținută de sezon să pară al naibii de stilată.
Realitatea. Într-un final o să arăți ca și cum te-ai fi scăldat, acoperită de lipici, în magazinele cu haine specifice Crăciunului.
Ulte care-l treaba. Poate ți-oi fi dorit tu un look minimalist, ca al scandinavienilor, dar s-a găsit o desteaptă de la birou să propună o competiție de pulovere cu modele de sărbătoare, așa că normal că ai cedat și te-ai lăsat pradă materialelor sintetice și paietelor de toate culorile. De ochii lumii o să protestezi, dar în interior îți place la nebunie toată treaba asta.

2 Promisiunea. 100% te logodești. Ăsta. E. Anul.
Realitatea. Cutiuța aia de sub brad? Nu, nu e un inel de la Tiffany's – probabil e un breloc cu fața iubitului tău, că i s-a părut lui haioasă ideea.
Ulte care-l treaba. Poate că anul ăsta chiar e anul tău și al iubitului tău, dar e mai bine să-ți tii în frâu așteptările. Mai bine îți pregătești în avans fața de „Vai, dragă, îmi place la nebunie... desfăcătorul ăsta de sticle". Sunt șanse mai mari să primești asta decât marele inel, pe bune.

3 Promisiunea. Petrecerea de Crăciun a firmei va da pe-afară de tipi singuri și disponibili.
Realitatea. Shaormeria din colț, unde vei ajunge post-party, va fi mai plină de tipi singuri... dar dubioși.
Ulte care-l treaba. Încă un an, încă o șansă să mănânci foitaje reci și aripioare de pui în timp ce dai pe gât prosecco după prosecco și vorbești nimicuri plictisitoare cu șeful sau tipa de la contabilitate. Dar anul ăsta o să fie altfel, nu-i așa? Poate ai auzit că s-au făcut angajări, ceea ce înseamnă că plaja de bărbați n-o să mai fie așa pustie. Dar după ce o să-ți petreci toată seara evitând îmbrățișările necerute ale tipului de la marketing și avansurile stângace ale puberului în loaferi lucioși, o să ajungi la shaormeria din colț. Aici, o să-i dai numărul tău de telefon unui tip care (din ce îți mai aduci aminte în dimineața următoare) era chiar simpatic. Ba chiar ți-a plătit și consumația și ți-a ținut paltonul în timp ce mâncai – ce gentleman! În ziua următoare te sună... „Bună ziua, domnișoară, sunt Ioan de la saormerie. Nu v-ați plătit mâncarea și v-ați uitat și paltonul la noi. Vreți să veniți să-l luați?"

4 Promisiunea. Apartamentul tău va arăta de parcă ar fi scos dintr-o pagină de catalog cu decorațiuni fancy de Crăciun.
Realitatea. OMG, BETEALA ASTA CU SCLIPICI E SUPERBĂ!!!
Ulte care-l treaba. Vezi punctul 1.

5 Promisiunea. N-o să te certi cu niciun membru al familiei.
Realitatea. „Pe bune, la naiba cu toții", îți spui tu în timp ce cauți pe Google zboruri către o insulă pustie.
Ulte care-l treaba. Totul mergea bine până ce una dintre surorile tale a anunțat că nu mai vine acasă anul ăsta, cealaltă a spus că vine cu noul ei partener pe care nu-l cunoaște nimeni încă, iar mamei i-s-ars frițura și ți-a zis că, dacă n-ai chef să treci tu la bucătărie, mergeți toți la restaurantul din cartier. Rezultatul? Lacrimi, nervi și postări în social media despre sanctitatea ritualului festiv.

6 Promisiunea. N-o să mănânci cozonac până la Crăciun. N-o să mănânci cozonac până la Crăciun. N-o să mănânci cozonac până la Crăciun.
Realitatea. Deja ai mâncat trei.
Ulte care-l treaba. Meritându-și aproape propria sărbătoare, cozonacul e sacru. Problema e că magazinele se încăpățânează să se aprovizioneze din timp, așa că sansele să reușești să te abții până în ziua Crăciunului sunt aproape inexistente. Cum să reziști când îl vezi aburind în fiecare cofetărie? Sfatul meu? Nu te mai lupta cu asta. La fel și în cazul cănilor speciale de sărbătoare de la Starbucks. Sau al șoriciului. De ce treburile să așteptăm până la Crăciun să ne bucurăm de atâtea chestii delicioase?

7 Promisiunea. Anna și Elsa ar putea să la lecții de la tine când vine vorba despre măiestria patinajului.
Realitatea. Să cazi pe gheață chiar doare. Al naibii de rău...
Ulte care-l treaba. Vânătăile alea de pe fund? Sunt nimic pe lângă cele pe care le-a suferit orgoliul tău.

8 Promisiunea. Ăsta va fi anul când faci și tu o salată boeuf.
Realitatea. Lasă că e bun și pop-cornul.
Ulte care-l treaba. Alimentată de prea multe show-uri de gătit vizionate în timp record și de gaura neagră a food porn-ului de pe Instagram, îți juri că ăsta va fi anul în care bucătăreasa din tine iese la lumină. O să-ți dai toți banii pe un bol din cristal elegant, în care să bați maioneza, doar ca să-ți distragă atenția ceva la televizor și să te trezești peste câteva ore cu maioneza tăiată și cartofii mult prea fierți. Acceptându-ți înfrângerea, faci ce face orice femeie care se respectă – mergi și cumperi o maioneză gata făcută de la supermarket.

9 Promisiunea. Îți vei face un buget pentru cumpărăturile de Crăciun și te vei ține de el.
Realitatea. Ai trecut pe la Zara. Ai trecut de multe ori pe la Zara.
Ulte care-l treaba. Bugetul ăla era pentru cadouri pentru cei dragi. Așa că nu se pune.

10 Promisiunea. N-o să te mai trezești mahmură în dimineața de Crăciun.
Realitatea. Ai sărit din bar în bar.
Ulte care-l treaba. În fiecare an îți promiți că e ultima dată când mai pățești asta. N-o să mai mergi în club pentru că e plin de oameni pe care nu i-ai considerat suficient de buni astfel încât să vă vedeți în restul de 364 de zile ale anului. Și chiar dacă te duci, n-o să te îmbraci la patru ace. Și nici n-o să te lași convinsă să schimbați locația din oră-n oră. De fapt, nu stai mai mult de ora 11. OK, miezul nopții. OK, te aranjezi un pic, ți-ai luat pălăria aia cool. Bine, bei shoturile alea drept pedeapsă că nu te-ai aranjat la fel de bine ca restul tipelor de acolo. Și nu sari din bar în bar, de fapt, te muți pentru că te-au chemat niște prieteni în partea cealaltă, unde e muzica mai bună. OK, BINE, până la 1 maxim stai. Karaoke de sărbătoare? Hai să mergem!

11 Promisiunea. O să te uiți pe Pinterest să afli idei de împachetat creativ cadourile.
Realitatea. Lasă că merg și puse în ce punguliște mai găsești la benzinărie.
Ulte care-l treaba. Vezi punctele 1 și 4.

12 Promisiunea. Un Revelion relaxant.
Realitatea. Să începă.... panicaaa.
Ulte care-l treaba. Deși erai hotărâtă să stai acasă cu câțiva amici, presiunea a fost prea mare. După ce ți-ai cumpărat bilete la trei evenimente diferite, vei ajunge să-ți petreci jumătate din Revelion prin taxiuri, iar când în sfârșit vei ajunge, haosul va fi deja instalat. Lasă, că la anul va fi mai bine, nu-i așa?

COSMO 2016 EQUALITY AWARDS

Schimbarea poate părea uneori un proces teribil de lent, dar alteori progresul social se întâmplă în salturi mari. E clar că 2016 a fost unul din acești ani – am văzut foarte multe state legalizând căsătoria între persoane de același sex, celebrități care au adus în lumina reflectoarelor problemele comunității LGBTQIA, progres în ceea ce privește rasismul și femei puternice, punând degetul pe exemple de misoginism strigătoare la cer.

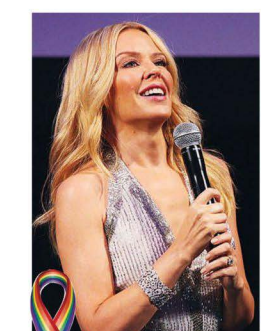
NOI, LA COSMO, AM FOST ATÂT DE INSPIRAȚI de cei suficient de curajoși, suficient de înțelepți și suficient de sătui de starea lucrurilor ca să aleagă să vorbească despre asta și să sprijine mișcările în care cred cu tărie, încât ne-am hotărât să-i sărbătorim cu o primă ediție a Premiilor COSMO pentru Egalitate. De la politicieni la companii globale, actori, sportivi și activiști, aceștia sunt oamenii care-și folosesc cu curaj și mândrie poziția pentru a determina o schimbare. Ne înclinăm, sunteți niște adevărate legende.

FOTO: GETTY IMAGES, PR, INF. REDACȚIEI

CĂSĂTORIA ÎNTRE PERSOANE DE ACELAȘI SEX

De la zero la un miliard în 15 ani

Astăzi, pe întreg teritoriul planetei, un miliard de oameni beneficiază de legalizarea căsătoriei între persoane de același sex. Olanda a fost prima țară care a dat startul schimbării, în 2001. Alte 20 de state i-au urmat exemplul în acești 15 ani. În luna iulie a acestui an, nouă state mexicane (inclusiv Mexico City) au legalizat căsătoria între persoane de același sex, ajungându-se astfel la cifra de 1 miliard de oameni care se bucură de dreptul la căsătorie indiferent de sex. Cu toate astea, această cifră reprezintă doar 14% din populația globală, ceea ce înseamnă că mai sunt multe de făcut, în special în România, care, prin crearea Coaliției Pentru Familie, a făcut un număr considerabil de pași în spate în ceea ce privește obținerea legală a dreptului la căsătorie între persoane de același sex. Hai să le arătăm că și la noi se poate!



Kylie Minogue

Cântăreața a declarat că nu se va căsători până ce nu va fi adoptată legea căsătoriei între persoanele de același sex și în Australia, țara ei de baștină. Atât ea, cât și logodnicul ei, britanicul Johsua Sasse, luptă pentru legalizare, lansând în luna octombrie a acestui an campania „Say I Do Down Under". „Pur și simplu nu pot să concep că eu am dreptul să mă căsătoresc cu persoana pe care o iubesc, dar altcineva nu poate din cauza orientării sale sexuale", a declarat cântăreața.

RASISM

Chris Rock – #OscarsSoWhite

Performanța actorului de la Oscarurile de anul acesta a fost lăudată aproape în unanimitate, și în mare parte pentru un motiv cât se poate de pozitiv: în multe momente în timpul ceremoniei, Rock a acuzat Hollywoodul din cauza marginalizării minorităților, cerând ca și actorii de culoare să primească aceleași oportunități.

The Sellout, de Paul Beattie

Unul dintre cele mai acide satire la adresa rasismului instituțional – „o oală metaforică multiculturală aproape prea fierbinte ca să te atingi de ea", după cum au descris-o cei de la *The New York Times* – a câștigat anul acesta premiul Man Booker Prize pentru ficțiune. Amanda Foreman, președintele juriului, a explicat că romanul a primit premiul pentru că descrie cu umor, vervă și zvâc un subiect de o seriozitate politică extremă.

DREPTURILE OMULUI

The Refugee Protection Act
Anul acesta, din cauza situației mondiale a refugiaților, Statele Unite ale Americii și-au revizuit Actul de protecție a refugiaților creat în 1980, rezolvând multe dintre legile care nu se ridicau la standardele necesare și nu asigurau o tranziție ușoară a refugiaților.

Echipa Olimpică a Refugiaților în cadrul Jocurilor Olimpice de la Rio 2016
În contextul crizei refugiaților și pentru a arăta solidaritate cu aceștia, în martie 2016, Thomas Bach, președinte al Comitetului Olimpic Internațional, a declarat că vor alege 10 refugiați pentru a intra în competiția olimpică, SUA donând 22 de milioane de dolari pentru a plăti antrenamentele acestora.

LGBTQIA

6 Pack Band
Prima trupă transgender din India a câștigat anul acesta mult doritul premiu Grand Prix Glass în cadrul Festivalului Internațional de Publicitate Cannes Lions.

Transparent
Mai bine de 60 de ani, Hollywoodul a portretizat persoanele transgender fie în roluri de criminali psihopați sau nătărăi demni de tot râsul. Anul acesta, lucrurile s-au schimbat, serialul *Transparent*, despre aventurile unui tată de familie care, la vârsta a doua, are curajul să-și îmbrățișeze adevărata natură, câștigând 3 premii Emmy.

DREPTURILE FEMEILOR

Bărbații care luptă pentru drepturile femeilor
În urma scandalului creat de mult mediatizatul proces de viol din Ohio, mulți bărbați au ieșit la înaintare, acuzând sexismul și misoginismul care au dus la crearea „culturii violului". „Toți bărbații ar trebui să fie feminiști. Dacă bărbaților le-ar păsa de drepturile femeilor, lumea ar fi mai bună", a spus John Legend.
În plus, mai bine de un milion de bărbați și-au recunoscut sprijinul pentru mișcarea HeforShe, lansată de Emma Watson în cadrul Națiunilor Unite. Anul acesta, Sauli Niinisto, președintele Finlandei, Shinzo Abe, primul-ministru al Japoniei, și Justin Trudeau, primul ministru al Canadei, au ținut discursuri în cadrul ceremoniei de sărbătorire a doi ani de la lansarea inițiativei HeforShe.

Mila Kunis
În noiembrie 2016, Mila Kunis a publicat un eseu pe Medium în care promite că de fiecare dată când se va confrunta cu discriminare pe bază de sex, va vorbi sus și tare despre asta. Tot ea spune că femeile sunt condiționate să creadă cu succesul lor va fi ameninț at dacă se împotrivesc comportamentelor sexiste. „Un producător mi-a spus la un moment dat că nu voi mai lucra niciodată dacă nu pozez semidezbrăcată într-o revistă pentru bărbați, pentru a promova un film", a spus ea. Prin această luare de poziție, sperăcă femeile care trec zilnic prin astfel de experiențe să se simtă încurajate să se apere.

Salarii egale
În urma conferinței inaugurale United States of Women, sponsorizată în mare parte de Casa Albă, 28 de companii (printre care și Amazon, American Airlines, Deloitte și Johnson & Johnson), au promis salarii egale pentru femei și bărbați. În ceea ce privește România, femeile au salarii cu 9,1% mai mici decât ale bărbaților, țara noastră fiind însă pe locul 9 în Europa din punctul de vedere al diferenței salariale între sexe (în Europa, femeile au în medie salarii anuale cu 16,68 mai mici decât ale bărbaților).

Filmele feministe ale anului
• **Ghostbusters** – Cu un cast all-female, remake-ul feminist al celebrei francize demonstrează că femeile pot să fie portretizate și altfel decât drăguțe și atrăgătoare pentru populația masculină.
• **The Girl on the Train** – Un fel de *Gone Girl* al anului 2016, cu 3 ingrediente-cheie: un thriller inteligent, scris de o femeie, despre un personaj feminin misterios și intens, jucat de o actriță excelentă.
• **Queen of Katwe** – Lupita Nyong'o joacă rolul mamei unei fetițoase jucătoare de șah, Harriet Mutesi. Filmul documentează drumul acesteia către a deveni Woman Candidate Master după performante de neegalat în cadrul Olimpiadei Mondiale de șah.

DIZABILITĂȚI

Disabled Daredevils, un documentar marca Channel 4 despre

un grup de persoane cu dizabilități hotărâte să nu permită stării lor de sănătate să le împiedice să simtă euforia unor activități precum bungee-jumping sau waterskiing, ne demonstrează că, atât timp cât vrei, poți face orice.

nu încape în haine mărimea S. Și totuși e această epidemie în rândul femeilor și fetelor care se simt prost cu corpul lor pentru că se compară cu felul cum arată doar 5% din populație. Nu mi se pare OK." Melissa McCartney

SĂNĂTATE MENTALĂ

Cara Delevingne a mărturisit în luna aprilie a acestui an că suferă de depresie, explicând astfel de ce a ales să ia o pauză de la cariera ei de model și demonstrând că astfel de probleme ne pot afecta pe toți, indiferent de statut sau situație financiară, și că este important să le discutăm cu onestitate și deschidere.

BODY LOVE

„În cazul femeilor e chestia asta culturală ciudată care spune că trebuie să ne comparăm una cu alta. Cine a purtat rochia aia mai bine? Cine are un fund mai frumos? O mare parte din populația feminină

BULLYING

În vara acestui an, Prințul William a înregistrat un mesaj video în sprijinul primei ediții National Stand Up To Bullying Day, unde a explicat că nimeni nu e imun la genul acesta de atac și că i se poate întâmpla oricui, indiferent de vârstă, gen, sex, rasă sau dizabilitate. „E adesea stupid și crud și poate lua multe forme. Iar din cauza tehnologiei, virulența cu care atacul se propagă este cu atât mai mare, victima ajungând să se simtă neputincioasă și izolată. Este responsabilitatea noastră colectivă să fim alerți și să luptăm împotriva acestui gen de comportament", a mărturisit el.

Cu ocazia World Safer Internet Day, Monica Lewinsky, ambasador al mișcării Ani-Bullying și fervent susținător al luptei împotriva culturii umilirii pe internet, s-a parteneriat cu Vodafone pentru a lansa aplicația de Emojiuri Anti-Bullying #BeStrong.

POLITICĂ

A fost un an bun pentru femeile din politică: Ilhan Omar este prima femeie americană de origine somaleză aleasă să facă parte din legislatura de stat și în prezent cea mai vizibilă evreică din guvern; Kate Brown este prima persoană bisexuală aleasă ca guvernator; Hillary Clinton a fost pe punctul de a deveni prima femeie președinte a SUA și, chiar dacă a pierdut, a deschis drumurile pentru următoarea generație de femei ambitioase. Lângă noi, Maia Sandu, candidat la alegerile prezidențiale ale Moldovei, a fost un adversar de temut, deși nici ea nu a câștigat. Poate peste 4 ani?

RECUNOAȘTE: EȘTI ÎNDRĂGOSTITĂ DE TINE

FOTO: NICK ONKEN.
Traducere și adaptare: Teodora Tîrcă

De la tricouri cu propriul nume inscripționat (salutare, Gigi Hadid!) și până la postări egocentriste pe Instagram, noile fashioniste se plasează în centrul Universului și fac ca totul să fie despre „moi". Când a devenit narcisismul atât de cool?

„Cine e tipa aia sexy de acolo? Sunt eu, mă uit în oglindă", ne cântă zilele acestea starul pop, Meghan Trainor. Dacă analizezi atent aceste versuri lăudăroase, poți ajunge la concluzia că starul confundă valoarea personală cu un ego nemăsurat. Și nu e singura. De la miliarde de selfie-uri editate și până la staruri „wannabe" de reality TV, noua generație a transformat sinele într-o formă de artă.

„IUBEȘTE-TE PE TINE ÎNSĂȚI ASA CUM TI-AI DORI SĂ TE IUBEASCĂ CEILALȚI."

Mediul online ne împinge constant să „lucrăm la noi înșine", să ne iubim, să ne privim în oglindă și să ne facem complimente în fiecare zi. Chiar și cele mai populare piese propovăduiesc același mesaj. Cât despre Kim Kardashian, ea a dus atât de departe acest concept, încât a tratat o lume întreagă cu fundul (expunându-și-l la propriu!), de parcă acest lucru nu ar fi deloc rușinos, ci mai degrabă un manifest al încrederii și iubirii de sine. Apoi îi avem pe Justin Bieber, Kylie Jenner și Kanye West, care invadează internetul cu postările lor egocentriste. Rețelele de socializare au simplificat lauda de sine, fie că e vorba despre o cină pretențioasă sau o rutină de fitness cu antrenorul personal. Cercetările psihologului Jean Twenge de la Universitatea San Diego, autor al cărții *The Narcissism Epidemic: Living in the Age of Entitlement*, sprijină teoria îngrijorătoare despre valul periculos al narcisismului. Într-un studiu efectuat în 2012, ea a descoperit că, în comparație cu ale generații, Milenialii născuți după 1981 sunt mai preocupați de telurile legate de bani, imagine și faimă, și mai puțin interesați de acceptarea sinelui, valorile comunității, atașament.

„AI LA FEL DE MULTE ORE ÎNTR-O ZI PRECUM BEYONCÉ."

Craig Malkin, psiholog clinician și autor al cărții *Rethinking Narcissism*, e de părere că obsesia pentru celebrități ne influențează puternic comportamentul. „A prelua un model – a-i copia pe cei din jurul nostru – este cea mai ușoară cale de a adopta anumite obiceiuri", spune el. „Știm deja, din cercetările efectuate, că celebrităților sunt printre cele mai narcisiste grupuri studiate. Așadar, vei deveni cu siguranță un narcisist dacă urmezi calea unuia." Deși obsesia modernă pentru faimă face ca show-urile de reality TV să „înflorească" peste noapte, Malkin nu crede că acestea sunt de-ajuns pentru a eticheta o întreagă generație. „Nu cred că Milenialii sunt mai narcisiști decât generațiile anterioare. Totuși, trebuie să avem în vedere faptul că aceste vremuri în care oamenii pot deveni faimoși doar postând o fotografie scandaloasă sunt ideale pentru a «hrăni» tendințele narcisiste. Cercetările confirmă că staturile emisiunilor de reality TV sunt cele mai narcisiste persoane publice. Ele sunt atrase de lumina reflectoarelor tocmai pentru că sunt egocentrice, iar azi au la dispoziție toate uneltele necesare pentru a atrage atenția a milioane de oameni", spune Malkin.

Narcisiștii sunt mai vizibili ca niciodată, având în vedere că social media a construit o scenă imensă pentru ei. În timp ce faima poate fi tentantă pentru fiecare dintre noi, nu înseamnă că vom urma cu toții calea celebrității. „Dacă vrei să ai parte de mai multă atenție, cu siguranță o poți obține via Facebook sau Instagram. Dar asta nu demonstrează neapărat că oamenii de zi cu zi au devenit narcisiști", adaugă specialistul.

„UMIL, CU O TENTĂ DE KANYE."

Deci cum au trecut Kim&Co. de la încrederе de sine la obsesie de sine? „Imediat ce am început să celebrăm descoperirea de sine prin anii '60 și '70, am deschis ușa elevării personale. Focusarea pe propria persoană poate fi folosită într-un mod pozitiv sau negativ: ne ajută să ne deschidem emoțional pentru a dezvolta noi conexiuni și a experimenta lucruri noi sau ne determină să dispărem în noi înșine, să ne separăm de lume, incapabili să iubim pe cineva, cu excepția propriei persoane", explică Malkin. Narcisismul nu e întotdeauna un lucru rău – cu toții avem nevoie de acele momente în care ne simțim super-încrezători și puternici. Malkin, ajutat de doi colegi, a creat „Narcissism Spectrum Scale", pentru a putea distinge între narcisismul sănătos și cel dăunător. „Am descoperit că, atunci când sunt fericiți și sănătoși, oamenii nu se simt mediocri, ci mai degrabă excepționali, unici", explică specialistul. Se simt mai optimiști, astfel că le e mai ușor să investească în relații sau să primească iubirea celor din jur. De asemenea, ei fac mai bine față eșecului, fiind capabili să la totul de la capăt. Acesta este un narcisism sănătos – tendința oamenilor de a se simți speciali este absolut normală și, mai mult decât atât, ea ne oferă forța necesară pentru a duce un trai satisfăcător.

„RELAXEAZĂ-TE – NU ESTI AICI CA SĂ DEMONSTREZI CEVA."

Pericolul apare atunci când această nevoie devine o dependență, spune psihologul. „Când oamenii simt tot timpul nevoia să fie speciali, să atragă atenția, și smulg laude de la ceilalți pentru a se simți mai bine în loc să se conecteze cu cei dragi atunci când au nevoie de iubire și sprijin emoțional, narcisismul devine negativ. Așa cum dependenții de droguri au nevoie de substanța respectivă pentru a putea funcționa, și narcisiștii vor face tot posibilul pentru a obține drogul lor preferat: atenția. Orice comportament care ne îndepărtează de comunitate, de conexiunea cu ceilalți, de empatie și împărtășire este distructiv. Ne golește de sentimente și personalitate, ne transformă în niște performeri singuratici", avertizează Malkin. Iată de ce e bine să te autoanalizezi din când în când, înainte de a posta acele selfie-uri glamouroase și a aștepta cu nerăbdare valul de inimioare.

GREEG
&ONUC
Dimineața la
PRO FM
O SĂ-ȚI PLACĂ
Detalii pe
profm.ro

LOVE BITES

SEX, RELAȚII, COMPLICAȚII... DRAGOSTE & ALTE AIURELI!

WINTER SEX

Nu mai e un secret că sexul e bun pentru tine, însă specialiștii îl recomandă cu și mai mult avânt iarna, și au motive întemeiate. Evident, un orgasm nu poate înlocui vaccinul antigripal, dar poate cu siguranță să-ți stimuleze sistemul imunitar pentru ca acesta să lupte mai eficient cu boala. „Nivelul de imunoglobulină A (anticorp) este mai crescut la persoanele care fac sex de 2-3 ori pe săptămână", dezvăluie dr. Jessica O'Reilly, autoare a cărții *The New Sex Bible: The New Guide to Sexual Love*.

FERICIRE ÎN DOI

UN NOU STUDIU REALIZAT DE COTTON USA A DEZVĂLUIT CĂ FERICIREA ÎN CUPLU SE INTENSIFICĂ ATUNCI CÂND TU ȘI PARTENERUL DORMIȚI ÎMPREUNĂ, COMPLET DEZBRĂCAȚI. DESFĂȘURAT CU AJUTORUL A 1.004 PARTICIPANȚI, STUDIUL A SCOS LA IVEALĂ FAPTUL CĂ 57% DINTRE CUPLURILE CARE DORMEAU FĂRĂ HAINE S-AU DECLARAT MAI SATISFĂCUTE DE RELAȚIE.

BĂRBAȚII ADORĂ FEMEILE DESTEPTE... DOAR ÎN TEORIE

Ai crede că în această epocă a progresului, când bărbații nu mai sunt majoritari în obținerea unei diplome de studii superioare, e ușor de înțeles că femeia le poate fi de multe ori superioară din punct de vedere intelectual. Și de ce ar fi ăsta un lucru rău? Până la urmă, scopul e să fim provocați, să învățăm unii de la alții. Cu toate astea, foarte multe cercetări arată că deși ideea unei femei inteligente este atrăgătoare pentru bărbați, în momentul în care stau față în față cu una se răzgândesc, preferând să o evite. Un studiu recent, publicat în ediția de noiembrie a *Personality and Social Psychology Bulletin*, confirmă acest lucru. 105 bărbați au fost supuși unor teste de inteligență, și apoi li s-a spus că urmează să cunoască o femeie care a obținut un punctaj mai mare decât ei. Reacția acestora a fost una de distanțare, de respingere — cei mai mulți au catalogat femeia ca fiind mai puțin atrăgătoare și nu și-au exprimat dorința de interacțiune. Concluzia? O femeie inteligentă imaginară + un bărbat așa-zis inteligent formează „perechea perfectă".

CITAT
DE RIDICAT SPRÂNCEANA

„Cred că orice Revoluție ar trebui să înceapă cu eliminarea misoginismului."
– Ezra Miller

FOTO: NICK ONKEN, GETTY IMAGES.
Text: Teodora Iraca

Mitul hoației de bărbați

Când Brad și Angelina și-au făcut pentru prima dată publică relația, ea a fost cea arătată cu degetul: o hoață de soți, cu un vagin magic! Acum că imperiul „Brangelina" s-a dizolvat, trebuie să încetăm să o învinuim pe „cealaltă femeie" și să examinăm adevăratele motive pentru care bărbații își distrug căsniciile.

FOTO: GREGORY REID, GETTY IMAGES.
Traducere și adaptare: Teodora Trică.

„Atunci când o femeie preia toată vina, bărbatul se transformă în acea ființă inocentă și neputincioasă.”

A FOST UN EVENIMENT ZGUDUITOR, RESIMȚIT PESTE TOT ÎN LUME – Brad și Angelina au divorțat după 12 ani de conviețuire și 2 de căsnicie. Despărțirea lor a fost atât de tulburătoare pentru noi toți, încât am uitat cum a început totul: cu comentarii negative îndreptate împotriva lui Angie, despre care se spunea că și-a folosit farmecul erotic pentru a-l răpi pe Brad de la brațul lui Jennifer Aniston, pe atunci favorita Americii.

Imediat după vestea despărțirii, internetul a răspândit zvonuri despre o posibilă relație amoroasă între Brad și colega lui de platou de la filmul *Allied*, Marion Cotillard. Însă gurile rele s-au calmat după ce au ieșit la suprafață adevăratele motive ale rupturii: comportamentul neadecvat al lui Brad, incluzând prea multe petreceri și prea puțină răbdare cu copiii. Dintr-odată, toată povestea a luat o turnură neașteptată – iar acest lucru ne-a determinat să investigăm de ce, după o despărțire „high-profile”, tendința noastră este să găsim o femeie imorală („cealaltă femeie”) pe care să dăm vina.

POVARA FEMININĂ

Ispita de a arăta cu degetul este adânc înrădăcinată în istoria și cultura noastră, de la Eva (prima femeie de pe pământ) și până la Becky-cea-cu-păr-frumos, evocată de Beyoncé în piesa (posibil) inspirată de aventurile amoroase ale soțului ei, Jay Z. De fiecare dată când femeile sunt condamnate public cu ocazia despărțirilor – fie pentru că au „atentat” la un bărbat căsătorit, fie pentru că nu au fost capabile să-și țină în frâu partenerul – bărbaților li se acordă și mai multă putere. „Atunci când o femeie preia toată vina, bărbatul se transformă în acea ființă inocentă și neputincioasă, care n-a avut nicio contribuție la dezastrul iscat în jurul său”, spune terapeutul de sex Esther Perel, autoare a *Mating in Captivity* și colaborator COSMOPOLITAN. Pe scurt, o facem responsabilă pe femeie pentru acțiunile ambelor părți.

Poate de aceea femeile sunt întotdeauna cele care dau explicații. Caz concret: a fost Beyoncé, și nu Jay-Z, cea a care a explorat, prin intermediul noului album *Lemonade*, infidelitatea care le-a zguduit mariajul. Au fost Jennifer Garner, nu Ben Affleck, și Gwen Stefani, nu Gavin Rossdale, cele care au oferit interviuri sincere după separările prin care au trecut (în ambele cazuri de infidelitate fiind implicate bonele celor două familii). O teorie relevantă poate fi aceasta: „Avem impresia că femeia este un fel de custode al relației”, spune Helen Fisher, antropolog și cercetător în cadrul Kinsey Institute. „Când o relație ia sfârșit, oamenii au o înclinație naturală de a crede că femeia nu s-a străduit îndeajuns pentru a face lucrurile să meargă”. Cu alte cuvinte, femeile preiau toată vina – suntem, în același timp, călăi și victime.

Această dinamică conflictuală – fata bună versus fata rea – e ideală pentru a crea o poveste palpitantă, de urmărit cu sufletul la gură. „Audiența adoră certurile între femei, iar titlurile de pe copertă pe aceste teme aruncă în aer vânzările”, spune Rob Shuter, editor la un tabloid.

DE CE BĂRBAȚII SCAPĂ NEVĂTĂMAȚI

De ce le dăm bărbaților drumul din cârlig? Când e vorba despre mega-celebrități precum Brad Pitt, poate avea legătură cu faptul că îi punem pe un piedestal de la bun început. „L-am iubit pe Brad decenii întregi”, spune Sarah Pojansky, profesor de studii media și studii de gen în cadrul Universității Utah și autoare a *Spectacular Girls: Media Fascination and Celebrity Culture*. „De când a apărut *Thelma and Louise*, el e acel bad boy, și totuși gentleman – genul de bărbat care uneori face greșeli, dar rămâne simpatic în ochii publicului”, adaugă specialistul. De fapt, dragostea noastră pentru el e bazată pe obiceiul de a-i lua apărarea, iar faptul că a avut legături cu femei foarte populare „lucrează” în favoarea lui: Gwyneth Paltrow, Jennifer Aniston și, cel mai recent, Angelina Jolie (care a fost transformată într-o sfântă după

ce munca ei umanitară a depășit ambițiile și performanțele de la Hollywood).

„Povestea lor de cuplu e influentată de felul în care media îl percepe pe Brad – ne e tuturor foarte greu să renunțăm la simpatia pentru el și, astfel, foarte greu să-l învinuim", spune Projansky. „Dacă ai o altă persoană pe care poți arunca toată vina, e mai ușor să faci asta decât să renunți la imaginea pe care o ai despre Brad, actorul tău preferat".

Același mecanism este valabil și pentru poveștile din viața de zi cu zi, când bărbații sunt prinși cu o altă femeie. „În aceste circumstanțe atât de încărcate emoțional, e mai ușor pentru femei să-și îndrepte fricile și frustrările în direcția celeilalte femei", spune psihologul clinician Brandy Engler, autoare a *The Men on My Couch*. „E tipa aia chiar așa frumoasă? E mai deșteaptă? Ce are ea și eu nu am?". Iar atunci când te simți trădată și ai inima frântă, e mai ușor s-o acuzi pe cealaltă femeie decât pe bărbatul de care ești încă îndrăgostită pentru că, spune Engler, „în acest caz ar trebui să recunoști față de tine că el chiar nu te respectă și că finalul relației este irevocabil, iar perspectiva singurătății este înfricoșătoare".

Realitatea este că „cealaltă femeie" nu e vreo creatură mitică,

TITLURI DE SCANDAL CARE AU FĂCUT VÂLVĂ

Iată titlurile focusate pe „cealaltă femeie", apărute în presă.

CUM O TORTUREAZĂ ANGELINA PE JEN
Cum Angelina o vorbește pe la spate pe Jen

BEYONCÉ, LUI JAY Z: S-A TERMINAT!
Femeia care a făcut-o pe Beyoncé să pună capăt relației

CEARTĂ CRUNTĂ PENTRU BLAKE!
Cum și-a făcut Miranda loc înapoi în viața lui Blake, chiar sub nasul lui Gwen

BEN ȘI DĂDACA
Cum l-a sedus Christine

ASHTON PRINS ÎN PAT CU O ALTĂ FEMEIE
Aventură sexy cu o blondă suedeză

CELELALTE FEMEI ALE LUI CASPER
Cu forme mai pline decât ale lui Jennifer!

VIAȚA FĂRĂ „TATI"
Bridget Moynahan încearcă să rămână puternică în rolul de mămică după ce Tom Brady a părăsit-o pentru modelul Gisele

deținătoare a unui vagin magic. Ea este susceptibilă de aceleași pasiuni ca și noi, fie că a încercat să-l cucerească pe bărbat, fie că s-a lăsat cucerită. „Nu există garanție securității pentru nimeni", spune Engler. Ce exemplu mai bun decât Jolie și Aniston ca să confirme acest lucru? Sau superba Bridget Moynahan, care era însărcinată cu fiul lui Tom Brady, când el a început o relație cu o altă „hoață de bărbați" celebră, supermodelul Gisele Bündchen. „E o iluzie faptul că bărbații înșală din cauza strategiilor de seducție ale celeilalte femei", adaugă Engler. „Bărbații înșală din motive proprii, interne, pentru care doar ei înșiși sunt responsabili".

ADEVĂRATUL MOTIV PENTRU CARE BĂRBAȚII CALCĂ STRÂMB

Și, deci, care sunt acele motive? Pentru început, să știe că o altă femeie îl dorește îi gădilă orgoliul; pentru că are o perioadă stresantă sau se simte sub presiune, iar o aventură interzisă e ca o evadare; pentru că e încă prea imatur ca să-și asume angajamentul într-o relație monogamă; pentru că prietenii lui înșală fără să fie descoperiți, iar el îi ia ca exemplu; pentru că în era aplicațiilor de dating e mult prea ușor să obții sex cu o altă femeie; pentru că nu se simte conectat cu tine, și poate nici cu el însuși; pentru că tatăl lui a fost, poate, un trișor, iar el pur și simplu a preluat acel comportament; pentru că infidelitatea îl face să se simtă plin de viață, aventurier, interesant… există milioane de combinații de motive și factori care îl pot face pe un bărbat să trișeze, și acestea nu au nicio legătură cu cealaltă femeie.

Dacă această luuungă listă e prea copleșitoare pentru tine, ia în considerare asta: deși fiecare situație este diferită, există câteva factori comuni declanșatori, explică Fisher. Psihologii au descoperit că „stilul de atașament" pe care un bărbat îl dezvoltă încă din anii copilăriei joacă un rol foarte important – bărbații care s-au simțit nesiguri de dragostea părinților atunci când erau mici sunt mai tentați să înșele la maturitate. Studiile au mai arătat că cei care prezintă simptome ale narcisismului, alcoolismului și depresiei sunt, în general, infideli. Și fii foarte precaută dacă iubitul tău experimentează o criză existențială: „Pentru bărbații care se simt nemulțumiți din punct de vedere creativ, ori spiritual, rătăciți, dezorientați etc., o aventură e leacul care îi ajută să se simtă din nou plini de viață și inspirați", spune Engler. „În acest caz, infidelitatea este parte din călătoria sa de a se descoperi pe sine".

În loc să-și rezolve problemele latente, foarte mulți bărbați își transferă modelele de comportament în viitoarea relație, sperând că noua parteneră îi va complimenta într-un mod care să le „repare" de la sine minusurile. Se zvonește că Pitt a apelat la Angelina ca să devină mai popular și mai interesant ca personaj. Alte zvonuri spun că Ben Affleck, un petrecăreț rebel, și-a pus speranțele în „cumințica și familista" Jennifer Garner pentru a deveni mai responsabil.

Când un cuplu se dezintegrează, rareori vina e doar a unuia dintre participanți – fie că vorbim despre actorii nostri preferați sau despre vecinii din bloc. Rămâne de văzut dacă noi, martorii, ne putem abține de la a o arăta automat cu degetul pe „femeia fatală" care a distrus o căsnicie pentru a ne focusa mai degrabă pe adevăratul vinovat.

„Când un cuplu se dezintegrează, rareori vina e doar a unuia dintre participanți."

Unde e „celălalt bărbat"?

Întrebare-fulger: care e cuvântul pentru un bărbat care a intervenit într-o căsnicie, care a furat femeia altui bărbat? Nu-ți vine nimic în minte? Ei, bine, nici nouă. Potrivit lui Perel, bărbații scapă basma curată (din nou) pentru că, din punct de vedere istoric, cealaltă femeie era dependentă financiar de bărbatul însurat cu care avea o relație, și spera, într-adevăr, că acesta își va părăsi soția pentru ea. Pe de altă parte, amantul unei soții nu era suspectat de intenția de a distruge căsnicia acesteia, pentru că nu-și dorea de la ea decât o aventură incitantă. În fine, nu e ca și când acest scenariu e imposibil – starul The Americans, Matthew Rhys, a început o relație cu Keri Russell pe când aceasta era încă măritată, dar societatea nu s-a obosit să-i lipească și lui o etichetă pe frunte...

1.000 DE CITITORI COSMO ÎȘI SPUN PĂREREA DESPRE INFIDELITATE

E corect să o învinuim pe cealaltă femeie?
DA - 44% NU - 56%

Ai fost vreodată „cealaltă femeie"?
DA - 45% NU - 55%

Un bărbat care a înșelat o dată va continua să o facă?
DA - 39% NU - 61%

Ai fost vreodată înșelată?
DA - 63% NU - 37%

Îl privești, te privește. Zâmbești. Fluturașii din stomac îți spun că tocmai ți-ai găsit marea iubire. Dar stai puțin – chiar e iubire? În povestea ta, prințesa se căsătorește cu prințul sau doar ies împreună de câteva ori și apoi fiecare merge la casa lui?

La prima vedere: dragoste sau dorință?

Ai fost dintotdeauna o romantică. Poate că nu mai crezi în prinți și prințese, dar îți dorești în secret ca acele povești epice de iubire să fi fost adevărate. De aceea, ai tendința să idealizezi tot ce e legat de un potențial partener – momentul perfect sincronizat în care v-ați întâlnit, prima privire, prima atingere. Dar apoi te asaltează îndoielile. Experiențele anterioare (în general negative) te fac să te întrebi dacă nu cumva ceea ce simți e produsul filmelor Disney și al comediilor romantice, și dacă povestea de iubire fulgerătoare a prietenei tale nu e doar o chestie de noroc care se întâmplă o dată la un milion de cazuri. Dacă dragostea eternă e posibilă, de ce nu ți se întâmplă și ție? De ce senzațiile înălțătoare durează cel mult câteva luni? Ca să nu te mai lași bântuită de aceleași întrebări, am consultat câțiva experți care să ne spună dacă ceea ce se cheamă dragoste la prima vedere este reală sau are nevoie de mai mult timp pentru a se sedimenta. Dacă poți visa la nuntă (sau la o uniune eternă) sau dacă singura realitate „palpabilă" este dorința, atracția, pasiunea, nevoia biologică de a procrea.

„Depinde ce considerăm «la prima vedere»", ne spun Elisa Lopez și Aida Manero Ocarranza, specialiști în psihologie cu sediul în Madrid. „Este adevărat că în

„CREIERUL TĂU ARE NEVOIE DE CINCI SUTIMI DE SECUNDĂ PENTRU A ANALIZA CHIPUL ALTEI PERSOANE ȘI A DECIDE DACĂ ESTE ATRĂGĂTOARE SAU NU. OARE ÎȚI POATE LUA MAI PUȚIN DE O SECUNDĂ SĂ TE ÎNDRĂGOSTEȘTI?"

FOTO: ROBERT WHITMAN
Traducere și adaptare: Teodora Trică

unele cazuri câteva ore îți sunt de-ajuns pentru a-ți da seama că stai de vorbă cu bărbatul vieții tale, însă alteori e nevoie de ceva mai mult timp ca să ajungi la o asemenea certitudine". Așadar, păstrează-ți calmul, limpezește-ți gândurile – deocamdată nu ai motive să te îndoiești.

Stephanie Ortigue, specialist în cadrul Universității Syracuse, alături de alți colegi de la Universitatea Virginia, și-au propus de asemenea să analizeze mitul iubirii versus dorința sexuală la prima vedere. Acestea sunt concluziile la care au ajuns.

DEPINDE DE STAREA TA DE SPIRIT

Cumva surprinzător, pentru a te îndrăgosti trebuie să crezi că și se poate întâmpla și să-ți dorești asta. Starea ta de spirit influențează enorm acest proces – dacă ești pozitivă și te simți împlinită cu viața în momentul actual, aduni mai multe puncte. Dacă ești sceptică, simți că ai probleme mai importante de rezolvat sau alte idealuri cărora le acorzi atenție, îți va fi mai greu să vezi pe cineva cu ochii îndrăgostiței eterne.

NU TOTUL ARE LEGĂTURĂ CU DESTINUL

Expertii sunt de acord că, pentru a te putea îndrăgosti, trebuie să știi care este prototipul bărbatului ideal pentru tine. Astfel, atunci când vei întâlni o persoană cu semnalmentele pe care le cauți, vei fi mai deschisă către sentimente pozitive. Așadar, aceste sentimente se pot numi iubire sau măcar un stadiu incipient al acesteia? „Se numesc iubire pentru că ne fac să ne simțim bine, însă e un mod superficial de a ne raporta la acest concept. Și totuși, asta nu înseamnă neapărat că ceea ce simțim are conotație sexuală", conchid specialiștii.

IUBIRE VERSUS DORINȚĂ

„Principala diferență constă în relația dintre necesitate și apetență", punctează specialiștii. „Iubirea este un sentiment de care ai nevoie, care te umple, în timp ce dorința este bruscă, la fel ca pofta de ciocolată – după ce o satisfaci, rămâi cu o senzație de sete și neîmplinire, și o iei de la capăt. Pentru că adesea ne bazăm pe instinct pentru a lua decizii importante în viața noastră, este important să putem deosebi dorința fizică de iubirea profundă, asumată", explică psihoterapeutul Alexandra Ștefănescu.

PRIVIREA CARE FACE DIFERENȚA

Zilele trecute, un prieten a avut un acces de sinceritate și mi-a spus: „Bărbații sunt proști – ei nu se pot bucura pur și simplu de prezența unei femei pentru că, de cele mai multe ori, se gândesc la scopul final, sexul". Dându-și seama că n-a făcut decât să contribuie la scepticismul meu, a adăugat: „Mă rog, mai sunt și excepții…". Exact la acea excepție te gândești atunci când îți place mult un bărbat și te întrebi dacă vrea de la tine ceva mai mult decât o noapte fierbinte și un „Mai vedem noi". Nu e prima dată când vorbim despre asta, dar trebuie să-ți reamintim că oamenii de știință au publicat un studiu în *Journal of Psychological Science*, care susține că bărbații se uită în ochii unei potențiale partenere atunci când își doresc o relație serioasă; prin comparație, atunci când vor doar o aventură, le vor aluneca privirile mai ales pe părți ale corpului: sâni, palme, picioare, fund.

DACĂ AȘTEPTAI UN SEMN… ACESTA ESTE

Aha! – tocmai te-a privit. Dar tu? Ce simți? Dacă nu ești suficient de agilă pentru a prinde primele indicii, specialiștii te ajută să detectezi și alte semne: „Dragostea îți dă o stare obsesivă – te vei gândi constant la celălalt, vei idealiza relația, imaginându-ți cum va evolua. Vei avea o stare de anxietate și nevoia de a-l proteja pe celălalt. E vorba doar despre sex atunci când vorbiți numai ocazional, nu vă faceți planuri de viitor, relația nu avansează către o nouă etapă și nu căutați scuze pentru a rămâne în prezența celuilalt", spun Lopez și Ocarranza.

DANS NESINCRONIZAT

Și dacă nu căutăm același lucru? Trebuie să recunoaștem că sincronizarea e un aspect esențial în iubire, iar atunci când aceasta lipsește, o relație este sortită eșecului. „În general, femeile sunt programate biologic pentru a căuta o relație serioasă, stabilitate, echilibru și protecție, în timp ce bărbații se orientează mai degrabă către relații pasagere – în principiu, din dorința subconștientă de a satisface cât mai multe femei și a-și confirma astfel calitățile de «macho»", explică psihoterapeutul Alexandra Ștefănescu. „Femeile mai întâi iubesc, și apoi doresc; bărbații, dimpotrivă – se conectează mai întâi la nivel erotic și abia mai târziu încep să dezvolte sentimente mai profunde. Noi suntem mai sociale, verbale, comunicăm mai mult, în timp ce bărbații sunt vizuali, o caracteristică asociată dorinței. În plus, rolurile pe care societatea ni le-a atribuit au și ele o mare importanță", completează Lopez și Ocarranza.

Pe lângă cele de mai sus, există și diferențe fizice: „Din punctul de vedere al structurii cerebrale, partea care corespunde sexualității este de două ori mai dezvoltată la bărbați decât la femei". În concluzie, trebuie să te gândești la nevoile tale, pentru că tu ești protagonista în povestea asta. Dacă scenariul în care ești implicată momentan te face fericită și împlinită, continuă. Altfel, mergi mai departe și caută un om cu care să poți dansa în sincron.

GHIDUL TĂU ÎN LUMEA BĂRBAȚILOR

manthropo

MOTOR ÎNCINS

CUNOAȘTE BĂRBATUL... DUPĂ MAȘINA PE CARE O CONDUCE

Fie că o visează, o închiriază sau chiar o deține, mașina visurilor lui îți spune dacă el e bărbatul visurilor tale.

de **Matt Goulet**

BMW X1
E o mașină foarte scumpă, ceea ce înseamnă două lucruri: fie vrea doar să cunoască inginerie germană de lux, fie încearcă să compenseze lipsuri pe care speră că nu i le vei descoperi.

Volkswagen Golf
E spațioasă și are funcții de siguranță. Un bărbat care alege o astfel de mașină își câștigă instant titlul de „viitor tată al copiilor tăi".

Toyota Prius
Un hibrid care spune „Te-am cucerit cu inteligența și frumusețea mea, dar îmi pasă și de planetă". Cu siguranță câștigă puncte bonus.

Ford Focus
O mașină americană, pentru un tip clasic, relaxat. Nu te mira dacă dă muzica preferată la maximum... și ignoră complet cerințele tale.

Honda Civic
Există un motiv bun pentru care poziția misionarului e în continuare faimoasă. La fel stă treaba și cu Honda Civic: economică, sigură, eficientă – deci acceptabilă.

VACANȚA DE CRĂCIUN:

AȘTEPTĂRI VS. REALITATE

Ar fi un adevărat miracol dacă vacanța de Sărbători pe care o va petrece la ai lui ar fi atât de incitantă precum și-o imaginează. Nicio șansă.

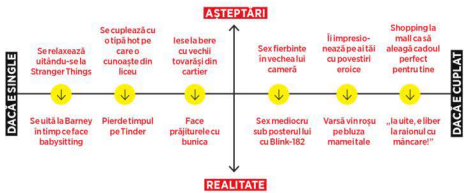


FOTO: GETTY IMAGES, SPLASHNEWS.
Traducere și adaptare: Teodora Tirol

logy

DĂRUIEȘTE DIN INIMĂ

CEL MAI NEINSPIRAT CADOU PE CARE L-A CUMPĂRAT

Nu doar tu ai primit în dar de la iubit un voucher la Pizza Hut. Acești tipi divulgă cele mai penibile și rușinoase cadouri pe care le-au oferit iubitelor.

„Călătoream foarte mult în perioada aceea și, la întoarcere, i-am dăruit prietenei mele niște șunculiță de porc din China, ca suvenir. Mi-a mulțumit cu jumătate de gură și mai târziu a devenit vegetariană."
- Iulian, 24

„I-am trimis unei tipe o jachetă mărimea L, pentru că am observat că se îngrășase câteva kilograme. Nu a menționat niciodată nimic despre cadou, nici măcar nu mi-a mulțumit – probabil că am enervat-o."
- Valentin, 27

„I-am făcut un CD cu muzică, pentru că oricum voiam să mă despart de ea și mi se părea absurd să cheltui bani. Recunosc că m-am simțit ca un nenorocit după."
- Raul, 24

„În liceu i-am oferit prietenei mele de atunci niște pantaloni de pijama pe care scria «Nu te opri până nu termini». A izbucnit într-un râs isteric – nu asta era reacția pe care o așteptam."
- Andrei, 28

„De Valentine's Day i-am dăruit prietenei mele un suport pentru cărți de vizită, gândindu-mă că e un lucru util. Dar ea nu a fost prea impresionată..."
- Robert, 27

„M-am gândit că se va bucura mult dacă îi voi cumpăra căpșune învelite în ciocolată. Am uitat că e alergică la căpșune."
- Daniel, 31

VOTUL TĂU CONTEAZĂ

NARB

(No Apparent Reason Boner) este denumirea americanilor pentru „erecție din senin". Ți se poate părea incredibil, dar bărbații pot avea erecții chiar și în circumstanțe non-erotice. De exemplu, Nick Jonas a recunoscut că i s-a întâmplat acest lucru pe când prezenta un premiu pe scenă, așa că a încercat să ascundă „ridicătura" împreunându-și mâinile în față. Asta ne face să ne întrebăm dacă nu cumva și ceilalți bărbați celebri încercau să ascundă același lucru. Pentru cine votezi?

Cu un show de mega-succes, un soț foarte hot și o perspectivă irezistibil de ilară asupra vieții, **Chrissy Teigen** a trecut cu succes „puntea" de la supermodel la superstar. Iată unul dintre cele mai sincere interviuri de care noi, redacția COSMO, am avut parte vreodată!

DE KATIE L. CONNOR

BUSTIERĂ, La Perla. PANTALONI, Juan Carlos Obando. CERCEI, BRĂȚARĂ (pe brațul drept), Alexander Wang. BRĂȚARĂ (pe brațul stâng), INEL, Eddie Borgo.

Nu sunt pe deplin convinsă că sfârcul lui Chrissy Teigen este expus...

Azi-noapte, ea și soțul ei, John Legend, au sărbătorit 3 ani de căsătorie cu o cină italiană delicioasă. Și acum, în timp ce ea îmi povestește cu entuziasm despre lasagna cea cu 100 de straturi, decolteul adânc al rochiei pe care o poartă a trecut de la a contura o imagine sexy… la a oferi o priveliște hot, în toată splendoarea.

Dar lui Chrissy nu pare să îi pese, are alte preocupări. Îmi povestește că aniversările de genul ăsta îi par ciudate și ușor copilărești și cum îi este imposibil să facă shopping pentru jumătatea ei multi-laureată cu Grammy (a vrut inițial să lege o fundă în jurul fetiței lor, Luna, în vârstă de 5 luni, împreună cu mesajul „Cu plăcere!", dar nu a mai ajuns să își pună ideea în practică – a fost prea ocupată).

În februarie anul acesta a lansat prima ei carte de bucate, *Cravings*, o colecție de rețete favorite, explicate într-un mod în care numai Chrissy poate să o facă. „Copanele de pui mă distrează mai mult ca puicuțele bete din băile din cluburi", scrie ea. Cartea a fost pe locul întâi în topul New York Times „Best Sellers Advice, How-To and Miscellaneous". De-atunci încoace, a rămas pe lista celor mai bine vândute cărți. Două luni mai târziu, în aprilie, vedeta în vârstă de 30 de ani a născut „micul monstru" numit Luna, căreia momentan îi ies dinții, așa că își ține părinții ca pe ace zi și noapte. Mica familie este în New York acum, pentru Săptămâna Modei, dar în seara aceasta Chrissy se va întoarce la Los Angeles ca să-și reia îndatoririle de co-gazdă pentru *Spike's Lip Sync Battle*. Aflat la al treilea sezon, show-ul în chestiune este cel mai urmărit serial original al postului respectiv.

FOTOGRAFII: JAMES WHITE
SENIOR FASHION EDITOR: JAMES WORTHINGTON DEMOLET

Traducere și adaptare: Diana Dolcer

Deci, da, cât despre faza cu sfârcul la vedere? Când i-am spus, a început să râdă și mi-a arătat tot sânul!

Aceasta nu va fi singura scenă cu nuditate din timpul prânzului pe care l-am luat împreună. La al doilea pahar de rosé, Chrissy începe să se lamenteze că nu există emoji „interzise minorilor". Moment în care eu mărturisesc că tin pe telefon o poză cu un penis băgat într-un pantof, pe care o mai trimit prietenelor când vreau să râdem puțin. Îi arăt imaginea. „Glumești?!", exclamă ea. „Am și eu poza asta! O trimit împreună cu mesajul «merge outfitul meu cu pantofii ăștia?»"

Nu știu ce credeți voi, dar mie faptul că împărtim pasiunea pentru același penis mi se pare foarte tare (vedeți ce aluzie tocmai am făcut, da?) – e clar că eu și vedeta *Sports Illustrated Swimsuit Edition* suntem, de fapt, suflete-pereche. Iar cei 8,5 milioane de fani pe Instagram – plus 2,8 milioane pe Twitter și nenumărați pe Snapchat – sunt, cu siguranță, de aceeași părere. Online, ca și în viața reală, Chrissy este neobrăzat de amuzantă. Își ia în derădere propria celebritate și deseori se ia și de alții. Să fii atât de sinceră, totuși, are și dezavantaje. Se plânge de comentariile denigrante pe care le primește pe Twitter. „Dacă citesc ceva, orice, îmi poate strica ziua", spune ea. „Tot timpul mă stresează faptul că poate am supărat pe cineva. Sunt chestii de care nu-mi pasa prea tare acum câțiva ani, însă acum chiar îmi pun întrebări – poate chiar arăt ca un

BEAUTY TRUC

Împarte-ți părul în două părți egale și fixează-l cu TRESemmé Beauty-Full Volume Hairspray. Părul rămâne mătăsos la atingere.

purcel?" La câteva săptămâni după întâlnirea noastră, Chrissy și-a pus contul de Twiter pe privat, motivând: „Mintea și corpul meu pur și simplu nu mai rezistă". La ora la care noi publicăm acest articol, noii membri au nevoie de aprobarea ei ca să poată urmări contul. Este cam aiurea pentru fanii adevărați. În ciuda reacțiilor negative, Chrissy nu se va lăsa redusă la tăcere. Fiți atente.

Chrissy: Ăla este Mike de la Shashs?

COSMO: Ce, cum?!

Mă uitam în zare și mi s-a părut că tipul ăla de-acolo e Mike de la Shash of Sunset. Mie mi se pare că toată lumea din jur este o celebritate care apare în *Bravo*.

Tie și lui John vă place *Bravo* – majoritatea tipilor fug de imaginea *Nevestelor Disperate* care tipă.

El este fascinat. Lisa Vanderpump este preferata lui John, cea mai iubită femeie de pe planetă. Și cumnatul meu e obsedat de ea, așa că am fost la SUR, restaurantul Lisei din Los Angeles. Știi fazele alea în care oamenii obișnuiți le întind vedetelor telefoanele și spun: „Poți să o saluți pe mama, te rog?" Eu nu am făcut niciodată asta… până am întâlnit-o pe Lisa: „Poți să îl saluți pe John, te rog?" El o consideră superbă. Iar eu mă întreb, bineînțeles – adică, ĂSTA este genul tău?!

Știi toate detaliile vieții amoroase a lui John dinainte de tine?

Ba bine că nu. Le cunosc pe toate. Chiar și pe cele pe care eu le consider jenante. Eram împreună deja de un an când m-a întrebat: „Ai fost vreodată cuplată cu cineva celebru?"

I-am spus că nu. Nici nu i-ar fi păsat. Era doar curios. Apoi am făcut greșeala să îl întreb și eu pe el același lucru. Fusese cuplat cu tipe care îmi plac! Cu femei pe care le văd tot timpul! I-am spus: „Acum aș vrea să fi avut și eu o poveste de genul, să pot să mă răzbun pe tine!"

#COUPLEGOALS:
Când soțul lui Chrissy, John Legend, a apărut pe set, am asistat la o scenă de iubire!

INELE (pe mâna dreaptă), Iosselliani. HAIR: Jen Atkin/Ouai Haircare/The Wall Group. MAKE-UP: Mary Phillips/Something Artists cu produse Tom Ford Beauty. MANICHIURĂ: Kimmie Kyees/Orly Int'l.

Despre cine era vorba?
A fost cuplat cu mai multe modele. Habar n-aveam, dar John fusese la viața lui un „matchmaking" notoriu. Îți dai seama… ciudat. Pentru mine, el era dulce ca un ursuleț de pluș. Partea cea mai funny este că mă înțeleg foarte bine cu toate tipele cu care a fost cuplat vreodată. Când mă văd cu vreuna din ele îi spun: „Oh, azi am fost pe set cu fosta ta – mi-a plăcut maximum!" Iar el este mereu surprins. Dar toate aventurile lui s-au întâmplat înainte să fie cu mine, așa că nu mă deranjează.

Unii tipi sunt foarte atrași de gravide. A fost și cazul lui John?
I-a plăcut la nebunie burtica mea. În timpul primei noastre excursii la Lacul Como, a trecut pe lângă noi o italiancă într-un bikini minuscul și cu o burtică de gravidă foarte mare. „Ce frumos arată", mi-a spus. Am știut, deci, când am rămas însărcinată, că o să i se pară foarte excitant.

A asistat la naștere?
Nu! Auzisem povești despre femei care au făcut… numărul 2 în timpul nașterii, așa că am preferat să nu. Suntem amândoi ca o carte deschisă, dar nu am fost niciodată la toaletă de față cu el. El nu are niciun stres în privința asta, stă cu laptopul pe toaletă. Și nici nu l-ar deranja dacă aș face asta de față cu el… Eu sunt cea care nu se împacă cu ideea. Cât despre naștere, am stat la orizontală 24 de ore, am împins 30 de minute… as fi putut să nasc într-un minut, dacă nu m-as fi gândit obsesiv la faza cu treaba mare. Doctorul îmi spunea: „Știu că te abții! Se vede!" John venea din când în când, dădea din colț în colț prefăcându-se că nu-i pasă… Tu ai copii?

Nu, nu am, dar am auzit că vaginul se resimte după naștere…
Da, multă mizerie după naștere. Totul e în regulă acum, dar aș prefera să fiu însărcinată 10 ani încontinuu, decât să trec prin prima lună de după naștre. Când eram în 6 luni, Brooklyn Decker mi-a trimis o cutie cu provizii. Tot ce era înăuntru avea un post-it pe care scria ceva de genul: „Folosește-mă la 6 zile după naștere". I-am scris un mesaj: „Multe din chestiile astea sunt pentru vagin! Am crezut că îmi trimiți chestii pentru copil".

„Ai încredere în mine, o să vezi tu", mi-a răspuns. Și, desigur, când ți copilul în brațe pentru prima dată, nu te gândești că ei te cos fix în momentul ăla. Nu simțeam oricum nimic. Și există și o chestie numită „Cusătura Tatălui" – adică îți cos vaginul cu un punct în plus, știi, pentru tată. Eram șocată. Ce naiba se întâmplă?!

La cât timp după aceea ai făcut din nou sex?
Se spune că trebuie să aștepți 6 săptămâni, nu? Nu știu exact, lucrurile au reînceput de la sine.

Ca și cum nu s-a întâmplat nimic?
Nu, a durat câteva săptămâni ca să revin la normal. Am fost, desigur, puțin îngrijorată. Te întrebi dacă, după o naștere, sexul va mai fi la fel de confortabil. Te doare! Va mai fi vreodată o plăcere? Da, la un moment dat, îți revii.

Care este ritualul vostru de dormitor?
Dormim dezbrăcați majoritatea timpului. Ne place să stăm îmbrățișați. Mai ales el. Adoră să se culcușească.

Părați în armonie perfectă. Spune-mi că vă mai și certați…
Programul. John este tipul care programează totul. Iar mie nu-mi place să știu ce voi face până în ziua sau noaptea de dinainte. Mă frustrez pentru că el îmi spune chestii de genul: „E trecut în calendar". Enervant! OK, pot să mă uit în Google Calendar, însă credeam că soțul meu îmi va spune personal că avem ceva de făcut. Iar el îmi întoarce vorba: „Ți-am spus. Pur și simplu nu-ți amintești". Și ne certăm și mai mult dacă nu suntem în același loc, pentru că mie nu-mi place să vorbesc la telefon.

Cum se încheie certurile voastre?
Are foarte multă răbdare. Își cere scuze chiar și când nu e cazul, iar eu nu pot sta supărată pe el prea mult timp. Ne certam mai mult când nu eram atât de ocupată. Asta fiindcă rămâneam tot timpul singură acasă, în vreme ce el trebuia să meargă la tot felul de petreceri. Primea tag-uri în diverse poze și îl întrebam mereu „Cine-i tipa?" Eram geloasă. Iar lui nici măcar nu-i plac acele petreceri!

Ți-ai petrecut toată tinerețea cu John. Simți vreodată că ai ratat ceva?
Mi-am făcut de cap între 18 și 20 de ani, iar la 21 deja nu mă mai interesau petrecerile și eram pregătită pentru o viață mai liniștită. Mă bucur mult că am trecut rapid peste chestiile de genul. Am văzut tot ce era de văzut din viața aceea.

Te-ai gândit vreodată că relația voastră nu o să dureze?
Când eram pe la început, am fost în turneu cu el și s-a îmbolnăvit. Era foarte stresat și deprimat. Îmi spunea chestii de genul: „Nu pot să mă implic într-o relație acum". Treaba asta a durat o zi. Știam că gândurile de genul îi veneau din chestii care nu aveau legătură cu relația noastră. Era de vină stresul concertelor pe care trebuia să le rateze din cauza bolii, faptul că nu mai avusese relații serioase… sau asta spune el acum. Eu glumesc mereu: „Îți amintești când ai încercat să te desparți de mine?" Iar el zice: „Da, îmi pare rău. Mare greșeală."

EA

Melanjul inedit de asocieri între volume și suprapuneri de efect creează una dintre cele mai cool & clean apariții de sezon.

FOTOGRAFII DE TIBI CLENCI
STILISM: AMIR DOBOȘ

PAGINA ALĂTURATĂ
Pulover din lână, acril și alpaca cu inserții din blană de vulpe argintie, Ermanno Scervino; maletă din viscoză și poliamidă, Marks&Spencer; pulover din angora și poliamidă, Liu Jo; fustă din piele, Andra Andreescu; pantofi din piele, Prada, Mengotti (în toate fotografiile).

PAGINA ACEASTA
Haină din piele și blană de miel, Burberry London; vestă din poliester, Guess; hanorac din bumbac, H&M, cămașă din poliester, Marks&Spencer.

NINA

Vestă din piele velur, Almaz, Victoria 46; cămașă din bumbac, Balenciaga, Mengotti; pantaloni din poliester, Vero Moda, Smuggler.

Haină din piele și blană de oaie, Gerard Darel; vestă din poliester, Guess; cămașă din bumbac, Autograph, Marks&Spencer; curea din piele, Elisabetta Franchi, Bacio di Moda.

Poncho din lână și cașmir, Burberry London, Sport/Couture; cămașă din bumbac, Balenciaga, Mengotti; rochie din catifea de mătase, Dana Budeanu, Victoria 46.

Geacă din nylon cu puf, Diesel; vestă din acril, poliester și lână cu inserții din blană ecologică, Marciano, Guess; cămașă din bumbac, Balenciaga, și pantaloni din lână, P.A.R.O.S.H., ambele Mengotti; maletă din cașmir, Limited Edition, Marks&Spencer.

Blazer din viscoză și acetat, Elisabetta Franchi, Icon; pulover din lână, acril și alpaca, Guess; cămașă din poliester, Marks&Spencer; fustă din viscoză și poliester, Ermanno Scervino; pantaloni din viscoză și poliamidă, Bacio di Moda.

Palton din lână virgină, Moschino; jachetă din viscoză, poliamidă și poliester, Vicolo, Victoria 46; bluză din poliester, Autograph, Marks&Spencer; pantaloni din viscoză și lână, Liu Jo.

Haină din piele şi blană de oaie, Gerard Darel; maletă din caşmir, Limited Edition, Marks&Spencer; pantaloni din bumbac, Ivona Manea.

Cardigan din lână și mohair, palton din lână, poliamidă și cașmir și cămașă din poliester, toate Marks&Spencer; vestă din mătase, Almaz, Victoria 46; pantaloni din viscoză și poliamidă, Bacio di Moda.

Model: Claudia Dumitru / IMC Models
Machiaj: Jenny Matea
Coafură: Adonis Enache
Studio: Mediaholic Studios
Producție: Allure Production

Rochie din viscoză cu aplicații integral din paiete, Manuri.

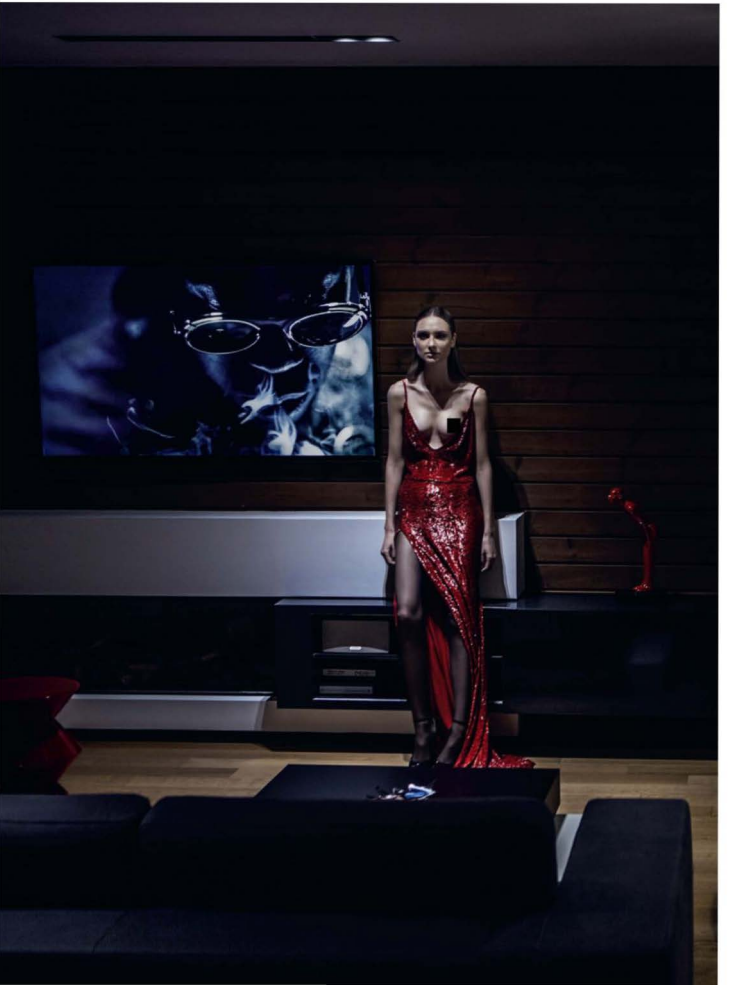
modern Romance

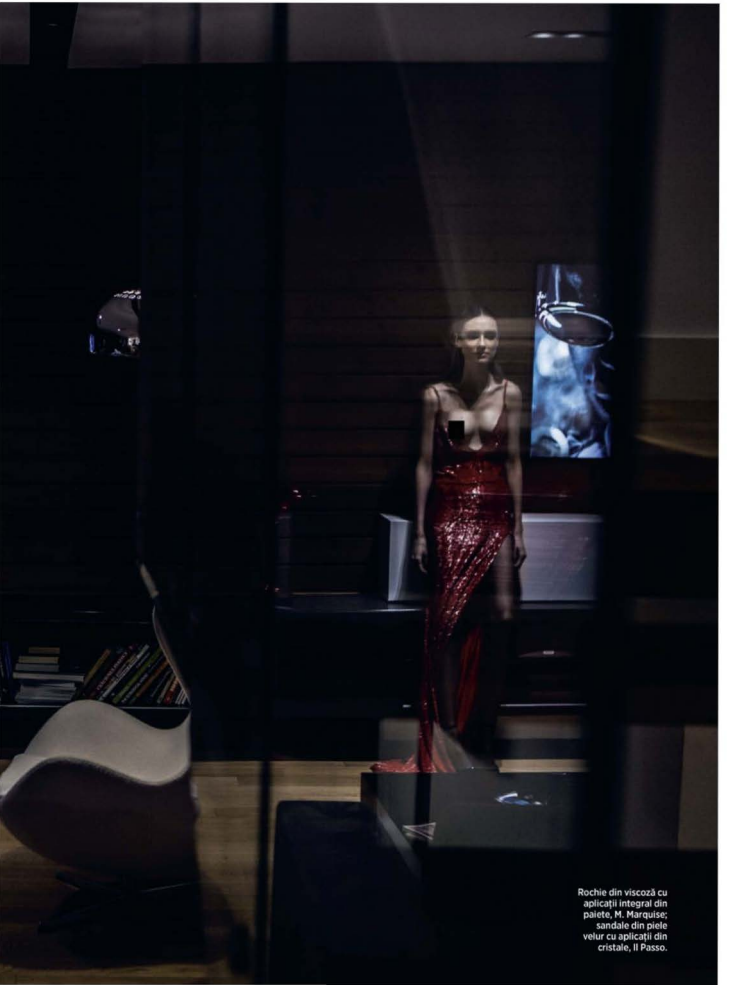
Noua definiție a senzualității, redată prin piese ultra-feminine ce evocă un lux relaxat, cucerește prin infuzia seducătoare de retro-glamour.

FOTOGRAFII DE TIBI CLENCI STILISM: AMIR DOBOȘ

Rochie din tul și mătase, Cristina Săvulescu.

Rochie din mătase, Cristina Săvulescu.





Rochie din viscoză cu aplicații integral din paiete, M. Marquise; sandale din piele velur cu aplicații din cristale, Il Passo.

Rochie din mătase cu aplicații metalice, Moschino; sandale din piele, Burberry.

Bluză din dantelă, M. Marquise, pantaloni din bumbac cu aplicații integral din paiete, Manuri, sandale din piele velur cu aplicații din cristale, Il Passo.

Rochie din mătase cu aplicații din cristale, Cristina Săvulescu; sandale din piele, Burberry.

Model: Daiana Dumitru / Allure Management
Machiaj: Jenny Matea
Coafură: Alex Sârghe
Producție: Allure Production

Fotografiile au fost realizate la Amber Gardens. Mulțumim pentru sprijinul acordat.

SURPRINDE SCLIPIREA CRĂCIUNULUI CU ORIFLAME

Orice femeie visează la o îngrijire de lux și la o piele catifelată. Este atât de ușor să-i împlinești acest vis cu setul Milk & Honey Gold intens hrănitor, infuzat cu extracte organice din lapte și miere. Produse de lux, intens hrănitoare pentru mâini și corp, infuzate cu extracte organice din lapte și miere, ce hidratează și îngrijesc, pentru o piele de o finețe și suplete încântătoare.

Cu ocazia Crăciunului, redescoperă voluptatea și aromele irezistibile ale cremelor Oriflame și împărtășește-le cu femeile dragi din viața ta. Caută mai mult idei de cadouri și descoperă ofertele speciale pe www.oriflame.ro!

SEMPRE SANO. EȘTI SIGUR CĂ TE OSPĂTEZI CA LA CURTEA REGELUI

Realizarea preparatelor pentru evenimente corporate sau private, precum și meniurile sănătoase pentru copii la petreceri, la grădiniță sau la școală sunt preocuparea noastră de peste 5 ani.

Reușita este confirmată de aprecierile pe care le primim cu fiecare ocazie, de faptul că partenerii reînnoiesc colaborarea cu noi la evenimentele speciale și este încununată de numirea ca furnizor oficial al Casei Regale. **www.sempresano.ro 0731.141.396, 0731.001.151**

SWEET WINTER WONDERLAND

De Sărbători, prăjiturile și torturile tale preferate de la Grace Couture Cakes au un decor special, care recreează universul magic din poveștile copilăriei. Împarte cu cei dragi clipe de răsfăț dulce, alegând unul dintre torturile din colecția Signature sau fă-le o surpriză colorată și delicioasă, dăruind o cutie cu eclere sau cupcakes personalizate, din ediția limitată dedicată Crăciunului.

Comenzi: office@gracecc.ro

Cake Shop: București, Băneasa Shopping City, Parter

SECOND SKIN REVOLUTION

Intitulată sugestiv Second Skin, noua linie de ciorapi Laura Baldini promite, prin tehnologia 3D folosită, un produs premium cu valențe dezirabile. Noul produs, made in Italy, este de două ori mai elastic și mai aderent, preia imediat forma piciorului, nu alunecă, nu strânge și nu face cute inestetice. În plus, fiind extrem de flexibili și ușori, aceștia își revin imediat la forma inițială chiar și după mai multe purtări succesive. Intră pe site-ul www.laurabaldini.ro pentru a comanda modelul potrivit stilului tău personal.

ASCUNDE-LE SUB BRAD PUFULEȚII PREFERAȚI GUSTO CU MEGASURPRIZE!

Ce poate fi mai frumos pentru copiii noștri decât să primească în ghetuțe sau sub brad pufuleții lor preferați alături de super jucării? Vor fi captivați de gama largă de jucării atractive din pungile de Gusto Pufuleți cu MegaSurprize: jocuri logice, șah, rummy, mașinuțe, avioane, păpuși, și multe altele! Dimensiunile jucăriilor sunt, într-adevăr, „Mega", oferind oricărui copil un zâmbet mare la deschiderea pungii!

SUPERBODY

MEREU ÎN FORMĂ, ÎNTOTDEAUNA HOT!

DIETA 5:2 ÎȚI MICȘOREAZĂ RISCUL DE A FACE CANCER LA SÂN?

Ai dreptate să fii sceptică atunci când citești titluri despre cum „mâncarea se ia la trântă cu cancerul" și învinge. Dar există un unghi pe care poate nu l-ai luat în considerare până acum.

CELE MAI RECENTE studii au descoperit că dieta 5:2 (500 de calorii, de două ori pe săptămână – adicătelea în două zile din săptămână îți post, mai mult sau mai puțin, pentru ca în rest să mănânci normal – probabil ai auzit de trendul ăsta) reduce riscul de cancer la sân la femeile care au boala în istoricul familiei. Dar de ce? „Cercetările arată că postul poate într-adevăr să reducă riscul de a dezvolta o formă de cancer la sân", spune Kefah Mokbel, profesor și chirurg la London's Princess Grace Hospital. „Atunci când îți post, practic oprești din funcționare acei factori de creștere care pot duce la diviziunea celulelor cancerigene. Dar probabil că cel mai semnificativ factor este, de fapt, reducerea indicelui de masă corporală, adică faptul că, adoptând dieta de mai sus, îți ții greutatea sub control." Dr. Andrew Sims de la Universitatea Edinburgh, cel care a lucrat la studiul care a dat titlul de mai sus, explică: „Am analizat 24 de femei supraponderale și da, am descoperit că menținându-ți o greutate optimă îți reduci într-adevăr riscul de a face cancer la sân, dar nu am dovedit că dieta 5:2 ar avea și alte beneficii extra pe lângă cele legate de slăbit". Partea bună? E bine să nu crezi orbește în tot ce citești în ziare, mai ales dacă informația vine la pachet cu un titlu senzațional. Dar nu strică să extragi din asta datele valide – și anume, că un organism sănătos, alimentat de un metabolism care merge ca uns, te poate ajuta să nu te pricopsești cu boala.

FOTO: GETTY IMAGES.
Text: Roxana Ciocîltă

YOGA POATE FI FUN

Doar pentru că ți-ai pierdut interesul după câteva poziții, nu înseamnă că yoga este plictisitoare sau că nu ți se potrivește. Îți propunem o abordare interesantă cu exercițiile specifice **Core Power Yoga**, care deține studiouri în peste 20 de state. Posturile plus greutățile plus secvențele cardio satisfac toate nevoile organismului tău, într-o singură ședință. Minte limpede, trup sexy, n-ai nimic de pierdut!

1 POZIȚIA „SCAUN" PENTRU POSTERIOR

Stai cu picioarele apropiate, ținând în fiecare mână câte o greutate, strânse la piept, cu coatele îndoite și palmele orientate spre sâni. Îndoaie genunchii, ținând pieptul în față. Întinde piciorul drept în laterală, bătând cu vârful în podea (ca în imagine). Fă mișcarea în sens invers. Fă 20 de reprize, apoi schimbă piciorul.

SIMPLIFICĂ.
Acest exercițiu reprezintă practic o fandare cu un singur picior (deja destul de greu), un pic mai dificilă. Ai nevoie de o pauză? Îndreaptă puțin genunchiul. „Este OK dacă vrei să renunți la postura Scaun", spune Amy Opielowski, senior manager de calitate și inovație la Core Power.

FOTO: PERRY HAGOPIAN
Traducere și adaptare: Ana-Maria Prunariu

3 „AVION" PENTRU TONIFIERE

Lasă greutățile deoparte, rotește corpul în față, apropie picioarele și ridică mâinile la piept în poziția Rugăciune. Inspiră și întinde piciorul stâng de la podea înspre spate. Îndoaie genunchiul, trăgându-l până în dreptul gleznei drepte (A). Expiră, întinzând piciorul drept pentru susținere, iar brațele și piciorul stâng spre spate, la nivelul șoldurilor (B). Fă mișcarea în sens invers. Repetă de 20 de ori, apoi schimbă partea.

PROPTEȘTE-TE.
Te clatini? Ține degetele fixe pe podea. Tot nu reușești? Folosește cărămizi de yoga sub fiecare mână. Vei lucra aceiași mușchi fără să te preocupe sfidarea gravitației.

4 SĂRITURI ÎN MÂINI

Din poziția Avion, lasă piciorul jos. Îndoaie genunchii și pune palmele pe saltea, lângă picioare. Cu piciorul drept îndoit, întinde piciorul stâng în spate, într-o fandare completă (A). Menținând centrul de greutate pe mâini, ridică ambele picioare în aer, cu stângul spre cer (B). La coborâre, schimbă picioarele, aterizând cu piciorul stâng mai în față și dreptul în spate. Continuă, alternând picioarele la fiecare 30 de secunde.

ÎNCEPE UȘOR.
Statul în mâini te poate speria, deci nu te simți presată să încerci dacă nu te simți în stare. „Fă mici sărituri în mâini, concentrându-te să menții umerii la nivelul încheieturilor și aruncând bazinul în sus", spune Opielowski. „Vei crește pulsul oricum."

2 „RĂZBOINIC 2.0" PENTRU BRAȚE

Din poziția Scaun, pășește cu piciorul stâng în spate, îndoaie genunchiul drept într-o fandare ușoară. Cu genunchiul drept ținut la nivelul gleznei, rotește șoldurile, umerii și piciorul stâng către stânga. Întinde brațele în jos, cu palmele spre exterior. Expiră și flexează coatele, strângând greutățile la umeri (după cum arată imaginea). Inspiră și fă mișcarea în sens invers. Execută 20 de reprize, apoi schimbă pe partea cealaltă.

NU FORȚA.
Mulți dintre cursanții yoga consideră că șoldurile trebuie să fie în unghi drept în poziția Războinic 2. Fals! „Deschide coapsele numai cât îți este permis în mod natural," spune Opielowski.

NU DOAR ABDOMENE! ÎNCRUCIȘAREA PICIOARELOR LUCREAZĂ ȘI COAPSELE INTERIOARE.

5 „VULTUR" PENTRU ABDOMEN

Culcă-te pe saltea cu fața în sus. Încrucișează picioarele plasând genunchiul drept peste piciorul stâng. Pune cotul drept peste brațul stâng. Expiră, trăgând cotul drept spre genunchiul drept (ca în imagine). Inspiră și lasă umerii și șoldurile pe saltea. Fă 20 de reprize, apoi schimbă partea.

TERMINĂ ÎN FORȚĂ.
Core Power este specializat în exerciții de mare intensitate, însă „flexibilitatea reprezintă o parte importantă a claselor", spune Opielowski. Ajută la obținerea unei musculaturi ideale. Întinde-te pentru cinci minute după ce ai încheiat toate cele trei runde ale antrenamentului.

ÎNVINGE VIRUSUL ÎN 24 DE ORE

Te-ai trezit cu stare gripală și nu ai timp de pierdut stând la pat? Urmează acest ghid de recuperare rapidă.

8:00 Pune-ți diagnosticul

Nu ești sigură că ai nevoie de o zi liberă? Dr. Jason Jones, medic primar în cadrul Leeds Nuffield Hospital, spune: „Dacă ai febră (peste 37,5°C), diaree, tuse accentuată, nas înfundat și durere de cap, nu merge la serviciu. Acestea sunt semnele unei infecții. Dacă te forțezi să funcționezi normal vei agrava situația, ceea ce înseamnă că vei sta și mai multe zile la pat". Odihnește-te azi și vei fi 100% focusată și productivă mâine.

9:00 Hidratează-te

Hidratarea ți-e cel mai bun prieten acum. „Începe cu un pahar mare de suc de portocale pentru o doză consistentă de vitamina C, ca să-ți stimulezi sistemul imunitar", pune dr. Jones. „Apoi bea un pahar cu apă – trebuie să ajungi la 8 pahare până la finalul zilei. Apa scoate toxinele din organism, iar dacă transpiri trebuie să suplinești pierderea de lichide". În plus, dacă ai dureri de cap, deshidratarea le va accentua.

10:00 Ia un antiinflamator

Nu te păcăli încercând să învingi infecția de una singură. „Paracetamolul și ibuprofenul combat febra și previn astfel pierderea excesivă de fluide. Acestea activează, de asemenea, un răspuns al sistemului imunitar, pentru ca acesta să lupte și mai mult cu boala. Ia o doză dimineața și încă una 4 ore mai târziu", sfătuiește medicul. E demonstrat, de asemenea, că Echinacea reduce durata unei răceli, deci asigură-te că ai așa ceva prin casă. Găsești la Plafar."

12:30 Mănâncă ceva

„Trebuie să refaci stocul de vitamine pe care organismul tău le folosește pentru a lupta cu infecția", avertizează dr. Jones. Încearcă o supă de pui – nu e doar un mit inventat de bunica. „Proteina din carnea de pui reconstruiește sistemul de apărare al organismului, iar ceapa luptă cu infecția și ajută la eliminarea toxinelor". Ca gustare ți se recomandă banana, pentru că are un conținut crescut de potasiu, un electrolit primar ce ajută sistemul imunitar.

15:30 Stai trează

E adevărat că ai nevoie de odihnă, dar dacă dormi toată ziua, vei sta trează noaptea și te vei simți și mai rău a doua zi. „Trage un pui de somn după-amiază dacă simți nevoia, dar nu dormi mai mult de 40 de minute – dacă treci de un anumit prag, te vei simți amețită la trezire", spune Angela Chalmers, farmacist.

17:00 Dezmorțește-ți mușchii

Dacă te simți un pic mai bine, încearcă să faci o plimbare de 10 minute pe înserat. „Mișcarea ușoară ajută corpul să funcționeze normal, grăbind astfel recuperarea", spune dr. Jones. Nu trebuie să faci excese. Mergi până la colțul blocului și înapoi – probabil aveai oricum nevoie de lapte.

21:00 Pregătește-te de culcare

„Mergi la somn devreme, ideal cu nu mai mult de o oră înainte de ora ta obișnuită de culcare. Astfel te asiguri că nu-ți dai programul peste cap și că dormi bine", sfătuiește dr. Jones. E recomandat să dormi cel puțin 8 ore – organismul tău are nevoie de timp pentru a produce hormonii necesari unei vindecări complete. Adio, răceală sâcâitoare!

FOTO: GETTY IMAGES, CHRIS ECKERT/STUDIO D
Traducere și adaptare: Teodora Tircă

TRUC DE SĂNĂTATE

NICIO ZI FĂRĂ ORGASM

Orgasmul nu e benefic doar din motive evidente – cercetătorii spun că dacă ai parte de el regulat, bifezi câteva beneficii esențiale pentru sănătate.

Mai puțină durere
Nivelul crescut de endorfine și oxitocină care te face să te simți în al nouălea cer are și rol de anestezic pentru durere, spun specialiștii. Masturbarea ridică toleranța la durere cu până la 75%. Testează această metodă dacă ai dureri de cap sau febră musculară.

Un creier sănătos
E deja cunoscut, dar adesea uitat, faptul că orgasmele intensifică circulația sângelui din creier. Acest lucru ajută la regenerarea celulelor, îmbunătățindu-ți concentrarea, dar – și mai important – îți scade riscul pentru atac cerebral, Parkinson și, mai târziu, Alzheimer.

Un corp mai ușor
Bucură-te de o partidă de sex înainte de cină. Orgasmul activează hormonul digestiv CCK, care îți dă senzația de sațietate. Asta înseamnă că nu vei mai face excese, lucru de evitat mai ales seara.

70%

DINTRE SARCINILE FEMEILOR NECĂSĂTORITE, CU VÂRSTE CUPRINSE ÎNTRE 20 ȘI 29 DE ANI, SUNT NEPLANIFICATE. DACĂ ACESTE STATISTICI ÎȚI DAU FIORI PE ȘIRA SPINĂRII, FOLOSEȘTE CONTRACEPȚIE.

SURSĂ: THE NATIONAL CAMPAIGN

Se lucrează la un vaccin anti HIV

Oamenii de știință sunt optimiști cu privire la posibilitatea de a crea, în sfârșit, un vaccin sigur și eficient de prevenire a infectării cu HIV, iar această noutate a fost discutată în cadrul International AIDS Conference, ediția cu numărul 21. Larry Corey, unul dintre medicii implicați, a declarat că se vor efectua în viitorul apropiat 3 teste clinice extrem de importante, pentru a verifica eficacitatea strategiilor de prevenire pe care le presupune acest potențial vaccin.
HIV este încă una dintre cele mai presante probleme de sănătate globală, cu 45.000 de infectări noi anual în Statele Unite și peste 2 milioane în lume.

Q&A

NU MĂ LUBRIFIEZ DELOC, CHIAR DACĂ SUNT EXCITATĂ. CARE O FI CAUZA?

Cazul tău nu este deloc neobișnuit, având în vedere că 20% dintre femeile tinere suferă de uscăciune vaginală. Cauzele includ stresul, vaginita, contraceptivele hormonale, chiar și antihistaminicele (dacă îți usucă sinusurile, e valabil și pentru vagin). Încearcă să îmbunătățești acest aspect – vorbește cu partenerul despre disconfortul tău și folosiți un lubrifiant, sau încearcă un alt brand de anticoncepționale. Dacă încă ai senzația unui deșert acolo jos, interesează-te despre o procedură care durează 30 de minute, numită ThermiVa, care folosește ultrasunete pentru a aduce la normal lubrifierea vaginală. E destul de scumpă, așa că vorbește cu medicul tău despre toate opțiunile pe care le ai la dispoziție.

SURSĂ: JENNIFER ASHTON, SPECIALIST ÎN OBSTETRICĂ ȘI GINECOLOGIE

FOTO: GETTY IMAGES, JEFFREY WESTBROOK/STUDIO D
Traducere și adaptare: Teodora Tircă

EDIȚIA 02

SUSȚINEM STILOURI CE POT AJUTA EDUCAȚIA

Citește cele 6 materiale de la Bursele Superscrieri/BRD pe tema educație:

„Cancelaria", Ani Sandu și Octavian Coman (DOR)

„Medicație cu meditație. Cum se tratează un sistem de educație bolnav în sufrageriile profesorilor", Alex Nedea și Mircea Topoleanu (VICE România)

„Bullying Educațional - relația profesor-elev în școala românească", Anca Chimoiu, Ramona Loznianu și Antonio Cioarek (Republica.ro)

„Depresia și sănătatea mintală în școlile din România", Andrada Fiscutean și Sorina Vasilescu (Casa Jurnalistului)

„Rolul părinților în eșecul reformei sistemului de învățământ", Andrada Lăutaru și Mircea Topoleanu (VICE România)

„Școala care te învață handicapul - copii sănătoși în școli pentru bolnavi", Ionela Gavriliu (Dela0.ro)

Detalii pe: ffff.ro/burselesuperscrieri

BURSELE SUPERSCRIERI

SUSȚINEM NON-FICȚIUNI CARE SCHIMBĂ LUMEA

bursele pentru educație oferite de:

BRD GROUPE SOCIETE GENERALE

O inițiativă:

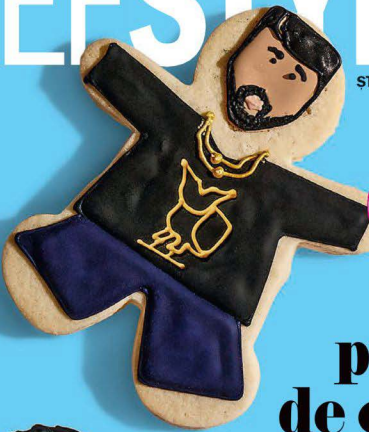
FRIENDS FOR FRIENDS FOUNDATION

Prieteni și susținători media:

HotNews.ro marie claire COSMOPOLITAN BEAU MONDE REPUBLICA DILEMA

IQads DOR INSTITUTE. THE Magazine igloo Think Outside The Box. România Pozitivă .ro

ȘTIM CE FACI LUNA ASTA!



Ți-e poftă de ceva dulce?

Să guști o bucățică din Drake nu trebuie să fie doar un vis imposibil. Cu ocazia Sărbătorilor, înveselește-ți fursecurile cu un make-over ce miroase și arată a celebritate.

FOTO: BEN GOLDSTEIN, GETTY IMAGES, SPLASHNEWS. FOOD STYLIST: JAMIE KIMM. TEXT: ANA-MARIA TUDOR. TEXTURI © SHUTTERSTOCK

Aluat pentru prăjiturele dulci

Primit de la talentații de la Harvard Sweet Boutique din Hudson, Massachusetts. (Ei au făcut toate fursecurile pe care le vezi aici!)

170g de unt nesărat, la temperatura camerei
¾ cană de zahăr
1 ou mare
1 linguriță de extract de vanilie
2 ½ căni de făină
¼ linguriță de sare

1. Bate untul cu zahărul și adaugă oul și extractul de vanilie până obții un sos cremos.

2. Adaugă făina și sarea puțin câte puțin – având grijă să înmoi aluatul cu câteva picături de apă dacă e prea sec.

3. Dă-i aluatului forma unui disc, apoi înfășoară-l în folie de plastic și dă-l la frigider pentru 2,3 ore.

4. Preîncălzește cuptorul la 180 de grade. Întinde aluatul pe o suprafață pe care ai presărat un pic de făină și taie fursecurile cu un cuțit special.

5. Dă-le la cuptor pentru 8, până la 12 minute, sau până ce capătă o nuanță maronie pe margini.

Glazură regală

2 căni de zahăr tos
1 albus mare
½ linguriță de apă

Amestecă toate ingredientele într-un bol. Când sosul e fin, împarte-l în căni și adaugă vopsea alimentară de diferite culori.

☆☆☆

Poți să încerci varianta profesionistă a unei pungulițe speciale pentru decorat cu glazură, dar merge să folosești și o lingură întoarsă invers, pentru zonele unde ai nevoie să pui o cantitate mai mare de glazură, și o scobitoare pentru detalii, ca de exemplu abdomenul lui Justin Bieber.

☆☆☆

Ce merge de minune cu prăjiturele dulci? Șampanie, desigur! Încearcă o sticlă de Moët Chandon în ediție limitată, creată de Rebecca Minkoff (24 dolari, mhusa.com).

VREI SĂ AFLI CARE SUNT **TRENDURILE** ACESTEI IERNI?
CITEȘTE IOANA BEAUTY&STYLE!

WWW.REVISTAIOANA.RO

LA ORICE PUNCT DE DIFUZARE A PRESEI!

O revistă editată de BurdaInternational RO

Fresh & New
pe marile ecrane!

Când vine vremea rece, trebuie să înlocuiești cu ceva ieșirile la picnic sau la terasă din timpul verii. Recomandarea noastră? Mergi la cinema, să vezi un film bun și să uiți, măcar pentru câteva ore, de realitatea înconjurătoare. Pentru că, nu-i așa, tocmai de asta iubim filmele, pentru că ne fac cunoștință cu lumi incitante și pline de suspans.

ROGUE ONE: O POVESTE STAR WARS
ÎN AVANPREMIERĂ DIN 15 DECEMBRIE 2016

Cu Felicity Jones, Diego Luna, Mads Mikkelsen și Forest Whitaker, *Rogue One*, primul film din seria de filme de sine stătătoare *Star Wars*, aduce în prim-plan un grup de eroi neobișnuiți, care își unesc forțele cu scopul de a fura planurile pentru Death Star, cea mai puternică armă de distrugere pe care o are Imperiul.

Fondatorul
PREMIERA ÎN ROMÂNIA PE 27 IANUARIE 2017

Cu Michael Keaton în rolul principal, *Fondatorul*, regizat de John Lee Hancock (omul din spatele unor mega-capodopere cinematografice precum *Saving Mr. Banks* și *The Blindside*), este povestea adevărată a lui Ray Kroc, cel care a transformat McDonald's-ul, în 1954, dintr-un mic stand cu hamburgeri din San Bernardino într-un imperiu global cu peste 35.000 de locații în toată lumea. Evoluția sa uimitoare, de la un simplu vânzător de mixere care călătorește prin toată țara, la poate cel mai inteligent antreprenor al vremii, te va inspira, poate, să-ți urmezi și tu acel vis ascuns, pe care-l revizitezi de fiecare dată când munca de birou se dovedește a fi prea monotonă pentru ce visai tu să faci dintotdeauna.

TRIVIA

• Ideea filmului i-a venit lui Don Handfield, producător, în 2004, în timp ce asculta *Boom, Like That*, de pe tocmai lansatul album solo al lui Mark Knopfler, solist Dire Straits. Versurile melodiei – care, practic, erau gânduri ce i-au trecut lui Knopfler prin cap după ce a citit autobiografia lui Ray Kroc – i-au intrigat pe Handfield și l-au făcut să-și dorească să afle mai multe despre incredibila lui poveste. Abia după 10 ani a reușit acesta să primească dreptu-rile de a spune povestea familiei McDonald's.

• *„Fondatorul* nu s-a vrut niciodată a fi un film despre fast food. Din punctul meu de vedere, povestea este despre capitalism." – Don Handfield

• „Îmi place să scriu despre povești americane impresionante. Geneza familiei McDonald's a atins toate aceste mari teme: anii cincizeci, dezvoltarea suburbiilor, lăcomia, fast food-ul. E epică povestea." – Robert Siegel, scenarist al filmului (tot el a scris și scenariul *The Wrestler*).

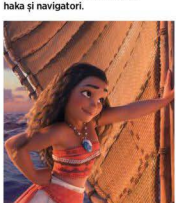
Vaiana
PREMIERA ÎN ROMÂNIA PE 25 NOIEMBRIE 2016

Cea mai recentă aventură de animație marca Disney ne face cunoștință cu Vaiana, o adolescentă îndrăzneață care pleacă pe mare ca să îndeplinească misiunea strămoșilor săi și ca să-și demonstreze că poate fi o maestră a descoperirilor de noi locuri.

TRIVIA

• Toate personajele din *Vaiana* poartă tinute făcute doar din materiale disponibile acum 2.000 de ani.

• Inspirați de perioada petrecută în Insulele Pacificului, cei din echipa Vaiana au continuat să lucreze cu câțiva dintre oamenii pe care i-au cunoscut în călătoriile lor. Acest grup de „sfătuitori" a primit numele de Oceanic Story Trust și a inclus antropologi, lingviști, maeștri într-ale tatuajelor, coregrafi, practicanți de haka și navigatori.



ROGUE ONE
O POVESTE STAR WARS
DIN 16 DECEMBRIE 2016
LA CINEMA, ÎN 3D ȘI IMAX 3D

NOUTĂȚI DE SEZON

Pentru adevărații bibliofili, nu există bucurie mai mare decât să dăruiască cartea potrivită persoanei potrivite. Recomandările noastre sunt proaspăt ieșite din tipar și gata să impresioneze.

***Crăciun la New York*, de Lisa Nieschlag și Lars Wentrup (Ed. RAO, 79 lei)**
E, practic, o invitație în lumea magică a Crăciunului: conține 50 de rețete savuroase, însoțite de povești fermecătoare dintr-un New York inedit, în care aromele de scorțișoară, ciocolată și marțipan se întrepătrund cu agitația intrinsecă a orașului.

***Zgomotul timpului*, de Julian Barnes (Ed. Nemira, 34,99 lei)**
Ai vreun muzicolog printre prieteni? O să adore această biografie ficțional-kafkiană a compozitorului Dmitri Șostakovici, care îmbină detaliile descriptive cotidiene cu observații care ridică probleme universale: raportul artă/politică și limitele curajului în fața opresiunii.

***Suflare în vânt*, de Bob Dylan (Ed. Humanitas Fiction, 39,90 lei)**
Tradus de Mircea Cărtărescu, volumul de poezii al lui Bob Dylan, câștigător al Premiului Nobel pentru Literatură în 2016, va fi exact ce-ți trebuie în serile singuratice și răcoroase de iarnă, când bei un pahar de vin și vrei să... înțelegi un pic mai bine lumea din jurul tău.

***Imago*, de Ludmila Ulițkaia (Ed. Humanitas Fiction, 49 lei)**
Acum că influența mai mult sau mai puțin subtilă a Rusiei revine în prim-plan politic, fresca pictată de Ulițkaia, a unei Rusii într-o epocă în care teroarea se îmblânzise doar până la un anumit punct, atrage și intrigă, pentru că portretele tinerilor prezentați de ea pendulează constant între idealism și cinism, curaj și lașitate, dragoste și trădare.

***Spioana*, de Paulo Coelho (Ed. Humanitas Fiction, 29,90 lei)**
La aproape un secol de la moartea lui Mata Hari, Coelho recompune, pornind de la documente de arhivă nepublicate, portretul captivant al uneia dintre cele mai enigmatice, curajoase și independente femei din istorie. Ai în mână un puzzle fascinant și o lecție admirabilă despre echilibrul fragil dintre nonconformism și luciditate.

***După ce te-am pierdut*, de Jojo Moyes (Ed. Litera, 39,90 lei)**
Ești curioasă ce a mai făcut Lou Clark, după aventurile din *Me Before You* (carte ecranizată cu Emilia Clarke în rol principal)? Îți spun doar atât: ajunge să lucreze într-un bar din aeroport, urmărindu-i cu privirea pe cei care pleacă în alte locuri, până când, într-o noapte, la ușa ei bate cineva. Curioasă?

FOTO: PR, KARL JUENGEL/STUDIO D.
Text: Roxana Dobriță

DIN DRAGOSTE PENTRU CINEMA

Iubim filmele și, mai presus de orice, iubim să le vedem pe marele ecran. Departe de viețile atât de aglomerate și zgomotoase, în care suntem mereu grăbiți și obosiți, în sala de cinema ne deconectăm și pătrundem într-o lume specială, a cărei magie este reînnoită cu fiecare inovație tehnologică sau nou format de vizionare. Iar odată cu noul concept VIP de la Cinema City ParkLake, ești transformat chiar tu, spectatorul, în personajul principal.

După ce a adus în România impresionantele tehnologii revoluționare IMAX și 4DX, care au cucerit prin capacitatea lor de a transpune publicul chiar în mijlocul acțiunii, Cinema City mizează acum pe cea mai inovatoare și de succes tendință din industrie: Cinemaul Ultra All Inclusive, o adevărată experiență cinematografică gourmet.

Petrecerea timpului liber alături de cei dragi și plăcerea de a merge la film capătă savoare, odată ce alegi vizionarea VIP by Cinema City, unde vei avea parte de o experiență completă și de neuitat:

- relaxarea totală, la un buton distanță – fotoliile computerizate confortabile, alintate „lazy boys", ale căror suporturi pentru picioare și spătare pot fi reglate după cum dorești
- preparatele culinare realizate pe loc de un *chef*, special pentru tine, într-un meniu nelimitat disponibil ca bufet suedez, precum și băuturi felurite (apă, sucuri, bere, vin sau șampanie)
- nachos combinat cu sosuri și popcorn delicios cât poftești, pe toată durata filmului (da, poți ieși pentru oricâte refill-uri)

Cinema City ParkLake te așteaptă cu 3 săli VIP, cu o capacitate totală de 147 de locuri, unde poți urmări cele mai așteptate premiere cinematografice, având parte de un adevărat tratament VIP.

FOTO: LILIBIKA PHOTOGRAPHY; DIANA ENCIU & ALINA TĂNASE, FABULOSOMNESS.NET

Horoscop

Trage cu ochiul la viitor – ce să urmărești și de ce să te ferești.

SĂGETĂTOR / 11.22–12.21

PUNCTE FORTE: Farmecul tău irezistibil și felul relaxat de a aborda lucrurile te face plăcută în ochii tuturor.

PUNCTE SLABE: Știi să înlături tensiunile în situații stresante, dar uneori poți avea un ton superior.

STILUL PREFERAT: Îți place să colecționezi ținute colorate din locurile în care călătorești, pentru a-ți aminti de momentele frumoase pe care le-ai petrecut.

ACTIVITATEA PREFERATĂ: Pentru tine, cea mai bună investiție sunt călătoriile, așa că strângi bani tot anul pentru a călători.

STIL DE SEDUCȚIE: În dragoste ești spontană și îți place să experimentezi, iar faptul că nu judeci îi face pe bărbați să se simtă confortabil în preajma ta.

LUNA ACEASTA: Deși inițial vei avea impresia că decembrie nu e prea generos cu tine, totul va merge de minune. Uneori, cea care face toată diferența este atitudinea ta, iar tu știi să te încurajezi atunci când calendarul tău este full. La serviciu, străduiește-te să faci mișcări strategice care vor avea efect pe termen lung. Iubirea îți va ieși în cale pe 3 și pe 13, când Luna Plină intră în zona relațiilor. O veche pasiune ar putea reapărea în peisaj – acordă-i o șansă dacă încă simți o conexiune. Iar dacă ești single, urmează-ți curiozitatea – un nou pretendent îți va zâmbi când te aștepți mai puțin.

PE PARCURSUL ANULUI: Ești dispusă să riști totul pentru cauzele în care crezi. Ai încredere în șansele tale, dar și în potențialul tău, și oportunitățile nu vor întârzia să apară. Februarie este o lună ideală pentru a lansa un proiect nou. În aprilie și iunie pregătește-te pentru a primi multă iubire. În septembrie vei începe un nou capitol.

ACUM AI NEVOIE DE: Mai multă încredere în capacitatea ta de a-ți plănui viitorul pe termen lung.

Hailee Steinfeld, 11 decembrie 1996

Rochie, BSB, 506 lei

CAPRICORN

12.22–01.19

E o lună satisfăcătoare din punct de vedere profesional. O cunoștință îți sare-n ajutor, astfel că e posibil să obții jobul visurilor tale în jurul datei de 2. Fii precaută pe parcursul ascensiunii tale profesionale și discerne cine sunt, de fapt, aliații tăi. Arată-le că și tu ești alături de ei la greu, mai ales în jurul datei de 25. **AI NEVOIE:** Să faci pace cu tine. **BĂRBATUL CAPRICORN:** Muncește din greu luna asta, dar îți acordă prioritate. Reamintește-i cât de bine vă simțiți împreună.

Avon True Color lipstick, 30 lei

VĂRSĂTOR

01.20–02.18

De Sărbători, întotdeauna îi pui pe ceilalți pe primul loc. Dar după ce Venus, planeta iubirii și a frumuseții, intră în semnul tău pe 17, vei deveni irezistibilă. Ai încredere în tine, răsfață-te și cucerește – când Uranus iese din retrograd, pe data de 29, vei fi în centrul atenției. **AI NEVOIE:** Să pui capăt îndoielilor. **BĂRBATUL VĂRSĂTOR:** Toată lumea vrea atenție de la el. Ajută-l să organizeze o reuniune cu prietenii, și astfel o să împace pe toată lumea – inclusiv pe tine!

Rochie, Clockhouse by C&A, 89,90 lei

Cele mai hot alegeri amoroase

Gemeni

Împărtășiți pasiunea și dragostea pentru aventură – viața voastră împreună va fi mereu plină de adrenalină.

Vărsător

Pasiunea și intensitatea lui te va intriga, iar felul optimist în care privește viața te va încuraja să încerci lucruri noi.

FOTO: GULIVER/GETTY, AURORA TOWER
Traducere și adaptare: Teodora Tircă

VEȘTI COSMICE PENTRU ORICINE

Străduiește-te să vezi partea plină a paharului - aceasta este o luna relativ liniștită. O mică armată de planete se mută în Săgetător, întâmpinând solstițiul de iarnă de pe data de 21, când Soarele se mută în pragmaticul Capricorn. Sfârșitul lunii este „îmbrăcat" în armonia Sărbătorilor.

PEȘTI
02.19–03.20

Abia ai timp să faci cele mai elementare lucruri, darămite să-ți revezi gașca. Însă concentrarea de acum va da roade pe 10, când vei străluci la serviciu. O prietenă ar putea deveni defensivă în jur de 19 – ai grijă să nu pui paie pe foc. Fii pozitivă în jurul datei de 30, când vei interactiona cu mulți oameni. **AI NEVOIE:** Să-ți celebrezi succesul. **BĂRBATUL PEȘTI:** E pe cale să obțină o victorie la serviciu. Sărbătorește cu o cină fastuoasă!

Calvin Klein Deep Euphoria EDP 50 ml, 323 lei

BERBEC
03.21–04.22

Odihnește-te cât de mult poți. După ce Marte se întâlnește cu Jupiter pe data de 1, nu vei mai avea prea mult timp liber. Nu ignora o prietenă afectuoasă care îți va dărui ceva minunat. În jur de 24, un proiect colegișor va căpăta, în sfârșit, sens. **AI NEVOIE:** Să te lași dusă de val. **BĂRBATUL BERBEC:** E foarte energic și vesel, asa că propune-i o aventură palpitantă pe munte. Ideea ta îl va lua oarecum prin surprindere!

Colier, Mango, 99,90 lei

TAUR
03.21–04.22

Fă-ți timp pentru tine, chiar dacă ai multe alte responsabilități. Mercur intră în retrograd pe 19, strecurând câteva confuzii în calea ta. Fă-ți de pe acum un plan de rezervă pentru a face față dramei cu care te vei confrunta. Pe 25, aspectele create de Venus îți vor reaminti cât de iubită ești. **AI NEVOIE:** Să-ți asculți intuiția. **BĂRBATUL TAUR:** Inima lui e larg deschisă. Arată-i ce simți, prin gesturi și cuvinte, ca să aprofundezi conexiunea.

Tangle Teezer Brush, 85 lei

GEMENI
05.22–06.20

Norocoasă în dragoste și profesie, vei avea o seară incredibil de romantică pe 9. Cere ceea ce ți se cuvine în timpul Lunii Pline de pe 13. Pentru a-ți mări cercul de prieteni, participă la petrecerile la care ești invitată. Pe la sfârșitul lunii, e timpul să reflectezi asupra viitorului. **AI NEVOIE:** De o rochie care-ți pune în evidență personalitatea. **BĂRBATUL GEMENI:** E într-o dispoziție de zile mari – abia așteaptă ocazia să meargă la o petrecere.

Sutien și slip, Oysho, 99,90 lei și 49,90 lei

RAC
06.21–07.22

Ești foarte ocupată la job luna asta. Ceilalți îți vor urma calea după ce Mercur intră în zona relațiilor pe data de 2. Fii generoasă cu oamenii din zona ta de activitate și îți vei extinde cercul de contacte. După ce Soarele se mută în Capricorn pe 21, conectează-te cu cei dragi. **AI NEVOIE DE:** O bună organizare. **BĂRBATUL RAC:** Dacă ți se pare mai conectat la computer decât la tine, trezește-l la realitate cu un sărut pasional.

Geacă, Bershka, 199,90 lei

LEU
07.23–08.22

Poate că planetele se învârt în jurul Soarelui, dar tu ești centrul Universului acum. Venus intră în zona relațiilor pe data de 7, activându-ți viața socială. Nu-ți face griji însă – tu și partenerul tău veți fi în sincron perfect. La sfârșitul lunii încearcă să le acorzi atenție oamenilor care se apropie de tine. **AI NEVOIE DE:** Mai multă răbdare. **BĂRBATUL LEU:** E tot un zâmbet! Molipsește-te de veselia lui și acceptă provocările pe care ți le va șopti la ureche.

Botine, Stradivarius, 199,90 lei

FECIOARĂ
08.23–09.22

Dacă te hotărăști să ieși din carapace, vei avea parte numai de victorii. Mercur intră în retrograd pe data de 19, mișcare ce ar putea aduce o schimbare pozitivă pentru un proiect creativ. Vei primi vești bune în jurul datei de 28, după ce Soarele și Mercur se conectează. **AI NEVOIE:** Să-ți tii prietenii aproape. **BĂRBATUL FECIOARĂ:** E foarte stresat și nu prea încântat de agitația Sărbătorilor. Transformați-vă casa într-un sanctuar și sărbătoriți în doi.

Chanel Joues Contraste Blush Christmas Collection, 209 lei

BALANȚĂ
09.23–10.22

Decembrie este una dintre cele mai ocupate luni ale anului pentru tine. Data de 1 este o zi senzațională pentru distracție și flirturi, având în vedere că Marte face un unghi favorabil cu Jupiter în zona iubirii și a distracției. Fii deschisă către discuții hot cu un tip pe care-l vei cunoaște la o petrecere. **AI NEVOIE:** Să-ți faci planuri mai realiste. **BĂRBATUL BALANȚĂ:** În sfârșit, s-a mai eliberat la muncă, așa că e pregătit pentru distracție în doi.

L'Oréal Paris Revitalift Laser X3, 69 lei

SCORPION
10.23–11.21

Faza 1: Cu ocazia Sărbătorilor e bine să-ți faci timp pentru a te reconecta cu cei dragi. Fii cât mai sociabilă după data de 2, când Mercur se mută în Capricorn. Faza 2: regrupează-te. Asigură-te că îți faci timp pentru gașcă după ce Mercur intră în retrograd pe data de 19. **AI NEVOIE:** Să cheltuiești inteligent. **BĂRBATUL SCORPION:** Nu prea are timp de distracție. După ce trece această perioadă, amintește-i că are restanțe la petrecut timp cu tine.

Yves Rocher Exfoliating shower gel, cu merișoare și migdale, 16,90 lei

Bărbatul Săgetător

NICHOLAS HOULT,
7 decembrie 1989

IUBEȘTE: **Femeile inteligente, cu o minte diferită.**

URĂȘTE: **Oamenii încuiați care încearcă să-i taie aripile.**

ÎNTÂLNIREA VISURILOR LUI: **Un eveniment sportiv relaxat sau o miniexcursie spontană.**

CUM ÎL CUCEREȘTI: **Făcând planuri incitante alături de el și trăind viața la intensitate maximă.**

TE DISTREZI SUFICIENT?

1. Câte zile pe lună „sacrifici" ca să te uiți non-stop la seriale?

☐ **a.** Maximum una sau două, dar nu mă las niciodată complet absorbită – sunt mai mereu pe telefon.

☐ **b.** Patru. Adică una pe săptămână. Asta e timpul meu de petrecut cu mine.

☐ **c.** Niciuna. N-am răbdare. De ce m-aș uita la *Stranger Things*, când pot să ies afară să trăiesc aventuri pe pielea mea?

2. Când a fost ultima oară când ai ultat de obligații pentru a petrece cu fetele?

☐ **a.** Prin liceu. Viața era mult mai simplă pe atunci. Of!

☐ **b.** Acum două duminici. Coșul plin ochi de haine nespălate nu mă lasă să uit „greșeala".

☐ **c.** Marți am ieșit la un chinezesc, miercuri la un vin, joi la o șuetă. Să mai continuu?

3. Șeful te roagă să-l ajuți cu un proiect extra care implică să vii la muncă sâmbătă. Îi spui:

☐ **a.** Da! Deja mi-am avertizat prietenii că am laringită ca să pot să mă scot de la ieșirea la karaoke.

☐ **b.** Sigur. Dacă asta înseamnă că evit să mă mai îmbăt criță vineri seara, tot e bine.

☐ **c.** Scuze, n-am cum. Trebuie să mă odihnesc, că duminică am un brunch de cinci ore cu prietenele. Pe lângă alcool, se aude prin târg că o să avem parte și de niște stripperi.

4. Ești invitată la o cină la ai tăi, un party de Secret Santa cu prietenele și o ieșire în club – toate în aceeași zi. Planul tău?

☐ **a.** Nu te duci la niciuna, ceea ce înseamnă că poți să câștigi puncte cu tipul care face seara curat la birou și care o să vadă cât de serioasă ești chiar și în ajunul Crăciunului.

☐ **b.** Renunți la cina cu părinții și-ți împarți timpul între celelalte două. La ai tăi oricum ai fi mâncat prea multe prăjituri.

☐ **c.** Treci pe la toate, după care îți și un after-party la tine, ca să te ametești cum trebuie. Vin Sărbătorile, oameni buni!

5. Ding! E telefonul tău, care probabil îți amintește să:

☐ **a.** Verifici camera video din camera câinelui. Ți-ai anulat toate planurile de weekend ca să stai cu cățelușul chihuahua al șefului tău cât e el plecat din oraș.

☐ **b.** Închizi laptopul. Ești pe la jumătatea ultimului episod din *Narcos*, dar ți-ai promis să petreci mai puțin timp în fața ecranului înainte de culcare.

☐ **c.** Îți cumperi bilete la Coachella. În sfârșit, ai aflat cum să faci rost de un pass VIP, așa că plănuiești să-ți petreci tot timpul în spatele scenei, cu artiștii.

MAJORITATEA A: WORKAHOLIC

Ești întotdeauna gata să renunți la planuri mai puțin importante pentru chestii esențiale legate de muncă. Bravo că-ți pui cariera pe primul loc, dar asigură-te că nu profiți nimeni de chestia asta. Și tu meriți o pauză din când în când. Rezervă-ți măcar o seară pe săptămână pentru o cină cu prietenii, ca să te asiguri că nu vă înstrăinați complet.

MAJORITATEA B: SELF-CONTROL

Ai o voință incredibilă și nu îți dai voie prea des să te dai în stambă. Sacrifici distracția pentru a fi o tipă responsabilă, fie că e vorba despre rutina de sport sau de o sâmbătă petrecută la muncă. Echilibrul e esențial aici, așa că încearcă să te mai joci cu programul și să te asiguri că te și distrezi. S-ar putea să te simți mai bine decât ai fi crezut că e posibil.

MAJORITATEA C: PARTY ANIMAL

Ești gata de orice – de la skydiving, la a mânca un tort întreg singură, într-o seară. Nu lăsa însă distracția să-ți distrugă restul vieții... sau, Doamne ferește, să te bage în bucluc. Mai lasă nebunia și petrece din când în când și o duminică leneșă în pat. Trupul și mintea ta îți vor mulțumi.

FOTO: GETTY IMAGES.
Traducere și adaptare: Roxana Dobriță

modă

ACCESSORIZE – București Mall; Băneasa Shopping City; Plaza Mall; **ADIDAS** – București Mall; Băneasa Shopping City; Plaza Mall; **ALDO** – București Mall; Băneasa Shopping City; **BENVENUTI** – City Mall; Carrefour Feeria; Unirea Shopping Center; Cora Lujerului; Liberty Center; **BSB** – Băneasa Shopping City; AFI Palace Cotroceni; București Mall; **B&B** – Băneasa Shopping City; AFI Palace Cotroceni; București Mall, Unirea Shopping Center; **CELLINI** – Băneasa Shopping City; Plaza Mall; București Mall; **COLLECTIVE** – Băneasa Shopping City; Plaza Mall; București Mall; **CONVERSE** – str. Traian nr. 248; **CALL IT SPRING** – Băneasa Shopping City; **DIESEL** – Băneasa Shopping City; **DISTINTO** – Calea Dorobanților nr. 196; **ENZO BERTINI** – Băneasa Shopping City; **ERMANNO SCERVINO** – Grand Avenue JW Marriott Hotel, Calea 13 Septembrie nr. 90; **FOLLI FOLLIE** – Băneasa Shopping City; **FREY WILLE** – Calea Victoriei nr. 118, București, tel.: 031.620.13.54; 031.620.13.55, *www.frey-wille.com*; **FURLA** – Calea Victoriei nr. 91-93; GALT – Calea Dorobanților nr. 153; **GEOX** – Carrefour Feeria, Plaza România; Unirea Shopping Center; **GUESS** – București Mall; Băneasa Shopping City; Plaza Mall; **HELVETANSA** – Calea Victoriei nr. 68-70, tel.: 031-226.22.02; 0723.186.430; H&M – *www.hm.com*, 031.403.02.01; **HUMANIC** – București: Militari Shopping Center, AFI Palace Cotroceni, Sun Plaza, Băneasa Shopping City; Cluj: Polus Center; Constanța: Maritimo Shopping Center; Iași: Palas Mall; Sibiu: Shopping City Promenada Mall; **ICON** – Băneasa Shopping City; **I.D. SARRIERI** – București Mall; Băneasa Shopping City; **KOTON** – Băneasa Shopping City; București Mall; AFI Palace Cotroceni; Plaza Mall; Unirii Shopping Center; **MANGO** – Băneasa Shopping City; București Mall; Plaza Mall; AFI Palace Cotroceni; **MASSIMO DUTTI** – Băneasa Shopping City; AFI Palace Cotroceni; Cluj: Iulius Mall; **MARKS&SPENCER** – București Mall; Băneasa Shopping City; **MAX MARA** – Calea Victoriei nr. 122A; **MELI MELO** – Carrefour Orhideea, Auchan Titan, Carrefour Feeria, Cora Pantelimon, City Mall, Cora Lujerului, Sofitel, Piața Dorobanți nr. 5, Calea Moșilor nr. 223, Piața Romană nr. 9; **MOSCHINO** – Calea Dorobanților nr. 181; **NEW LOOK** – Băneasa Shopping City, parter; București Mall; Plaza Mall; **NEW YORKER** – AFI Palace Cotroceni; **OPTICRIS** – București Mall; Băneasa Shopping City; **OTTER** – Plaza România; Carrefour Orhideea; Carrefour Feeria; București Mall; **OXETTE** – București Mall; Băneasa Shopping City; **PANDORA** – AFI Palace Cotroceni; București Mall; Băneasa Shopping City, Promenada Mall; **PARFOIS** – Plaza România; București Mall; Băneasa Shopping City; **PULL&BEAR** – Băneasa Shopping City; Plaza România; **ROBERTO CAVALLI** – Grand Avenue J.W. Marriott Hotel, Calea 13 Septembrie nr. 90; **SPORT/COUTURE** – Băneasa Shopping City; **STEFANEL** – Mario Plaza; Hotel Marriott; București Mall; AFI Palace Cotroceni; Calea Victoriei nr. 8; Constanța: City Park Mall; Iași: Palas Mall; Timișoara: Iulius Mall; Brașov: str. Republicii nr. 53, parter; **TEILOR** – Băneasa Shopping City; AFI Palace Cotroceni; **THE PLACE** – Calea Dorobanților nr. 102-110; **TOSCA BLU** – Carrefour Feeria; **TRIUMPH** – Băneasa Shopping City; București Mall; AFI Palace Cotroceni; Plaza Mall; **VALENTINO** – Grand Avenue J.W. Marriott Hotel, Calea 13 Septembrie nr. 90; **ZARA** – Băneasa Shopping City; București Mall; AFI Palace Cotroceni; Plaza Mall.

frumusețe

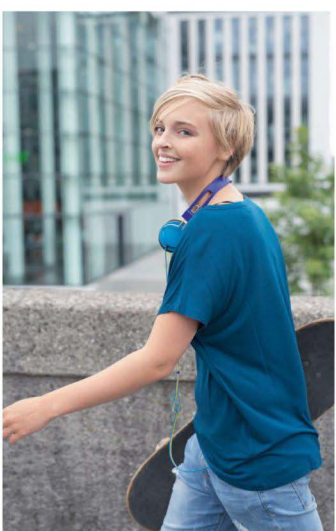
A&D PHARMA – str. Ciobanului nr. 133, Mogoșoaia-Ilfov; **AVON COSMETICS ROMÂNIA** – Serviciul Clienți 021/311.85.55, *www.avoncosmetics.ro*; **BEIERSDORF ROMANIA (NIVEA)** – Calea Șerban Vodă nr. 133, corp C, et. 2; **BETTY BLUE** – Piața Unirii, str. Sf. Vineri – Baia de Fier nr. 10, et. 1; **COQUETTE** – str. Serghei V. Rahmaninov nr. 23; Cluj-Napoca: str. I.C. Brătianu nr. 17; **COSROM COSMETICS** – str. Al. Vitzu nr. 39B; **COTY COSMETICS ROMÂNIA** – Victoria Business Park Building, șos. București – Ploiești nr. 73-81, corp 2, parter; **COSMETICS ORIFLAME ROMÂNIA** – str. Horia Măcelariu nr. 61-81; **EPCD ROMÂNIA DIOR PARFUMS** – str. Cehov nr. 2; **ESTÉE LAUDER/CLINIQUE/ARAMIS/MAC** – str. Ion Mincu 33; **EVERET ROMÂNIA SRL** – strada Viișoarei nr. 8, București; **HEALTH&BEAUTY INTERNATIONAL** – Intrarea Docherilor nr. 3; **HENKEL ROMANIA S.R.L.** – str. Ioniță Vornicul nr. 1-7; **INA INTERNATIONAL (MARIONNAUD, INA, PRIVILEGE)** – Calea Floreasca nr. 60, et. 2; **MARIONNAUD** – AFI Plaza Cotroceni; **INA MAGHERU** – str. C.A. Rosetti nr. 14-16; **PRIVILEGE** – Unirea Shopping Center, parter, Corp Central, *www.inainternational.ro*; **IVATHERM** – str. Argentina nr. 33, ap. 1; **L'ORÉAL ROMÂNIA** – Calea Floreasca nr. 169 A, et. 6; **LUXCOM STYLE** – str. Ion Minulescu nr. 9; **NIRAN** – șos. Viilor nr. 19 bis; București Mall; Constanța: Tomis Mall; Iași: Iulius Mall, et. 5; **DOUGLAS** – Calea Rahovei nr. 266-268; Electromagnetica Business Park, clădirea 61, et. 1; **PROCTER & GAMBLE** – bd. Dimitrie Pompeiu nr. 9-9A, clădirea 2A; **SARANTIS ROMANIA SA**, șos. Olteniței nr. 249, Popești Leordeni, Ilfov, +40 21 317 03 17; **SEPHORA** – str. Vulturilor nr. 18-18 A, et. 3; **THE BODY SHOP** – Bucuresti Mall, Sun Plaza, Unirea Shopping Center, AFI Palace Cotroceni, Baneasa Shopping City, Promenada, Iulius Mall (Timisoara), tel.: 021.233.91.14 , *www.thebodyshop.ro*; **TOP LINE EUROPA SRL** – bd. Regina Maria nr. 14, București; **UNILEVER ROMÂNIA** – șos. București-Ploiești nr. 42-44, clădirea B, et. 4; **YVES ROCHER** – str. Nerva Traian nr. 9, bl. M67, sc. 1, ap. 4.

deco

EXOTIQUE – Splaiul Unirii nr. 96; Brașov: Calea București nr. 281; **IKEA** – șos. București - Ploiești nr. 42 A. **KARE** – șos. București - Ploiești 44C; **KIKA** – str. Comerțului nr. 1; **NEOSET** – șos. București Nord nr. 7, Pipera.

Feminitatea ARE DEFINIȚIE?

Oare stilul feminin este singurul acceptabil pentru a exprima feminitatea? Iubitoare de bere, tâmplar, atlet de performanță, antreprenor și designer, colaboratoarea noastră, **Kristine Drillon**, ne provoacă să extindem spectrul acestui concept controversat.



ȚI S-A SPUS VREODATĂ CĂ EȘTI „BĂIEȚOASĂ"?

Sau poate cunoști o fată căreia i se reproșează frecvent acest lucru? Chiar dacă răspunsul tău e negativ, cu siguranță știi la ce mă refer: acea fată cu constituție atletică, expresie dură și aspect băiețos, care pare gata să sară la bătaie când te aștepți mai puțin. Genul neinteresată de machiaj, lac de unghii, păpuși sau rochii. E probabil acea fată care a fost selectată printre primii în echipa de baschet a școlii, dar singura care nu a fost invitată la bal de niciunul dintre băieți.

Fetele „de genul ăsta" sunt intimidante, de aceea fac parte din echipa băieților, dar nu sunt niciodată iubitele băieților. Ele trebuie să facă un extra-efort pentru a fi feminine – altfel, nimeni nu va fi vreodată interesat să le cunoască din punct de vedere romantic (pentru că toată lumea știe că băieții sunt cei care trebuie să facă primul pas, să fie puternici, să ridice greutăți mari, în timp ce fetele trebuie să fie drăguțe și să aștepte cuminți în banca lor, nu?).

Nu vei fi mai puțin femeie doar pentru că nu te comporți ca toate celelalte femei.

Dacă încă nu ești complet lămurită și alegi să te documentezi online, vei găsi această definiție: „O fată băiețoasă manifestă comportamente sau caracteristici tipic masculine [...] și în multe culturi este considerată nefeminină".

Mi s-a spus că sunt băiețoasă de când mă știu. Nu eram mândră de asta, pentru că această caracterizare avea o conotație negativă. Să fiu cine eram eu cu adevărat și să-mi placă lucrurile care îmi plăceau nu era deloc feminin. Sunt sigură că multe femei se confruntă, la un moment dat în viață, cu senzația nefirescului. Poate te afli într-o situație care te face să te simți neatrăgătoare, nedemnă de dragostea cuiva, pentru că „nu ești de-ajuns" – din orice punct de vedere. E aiurea să știi că ești cea ciudată, cea arătată cu degetul. Dar, dacă gândim în profunzime problema, nu e oare unicitatea noastră cea care ne face speciali? Viața e complicată și uneori nedreaptă, dar fiecare experiență pe care o trăim, fie ea pozitivă sau negativă, ne face mai puternici, mai complecși – iar ăsta nu e un lucru rău.

Nu ar trebui să avem nimic de ascuns, pentru că există frumusețe în povestea fiecăruia dintre noi. Într-o lume în care media definește feminitatea în fiecare zi, este cu atât mai important să ne apărăm unicitatea și să fim noi înșine. În loc să ne comparăm cu alții și să încercăm să ne găsim unii altora defecte pentru a ne simți mai confortabil în propria piele, sper că vom învăța să creăm o cultură care se focusează mai puțin pe invidie, și mai mult pe iubire și acceptare.

Cred că feminitatea nu poate fi definită de nimeni altcineva în afară de tine. Toți avem povești diferite, și deși alegerile noastre se îndepărtează uneori de norme, diferențele nu ne fac mai puțin frumoși sau atrăgători. Nu vei fi mai puțin femeie doar pentru că nu te comporți ca toate celelalte femei. Când te simți în afara normelor, focusează-te pe lucrurile care te fac să iubești viața. Astfel, vei fi mândră de cine ești, de cine ai devenit – și nu e nimic mai atrăgător pe lume.

FOTO: GETTY IMAGES.
Traducere și adaptare: Teodora Tică

Ediția noiembrie-decembrie 2016

Disponibilă la toate punctele de difuzare a presei

THINKING FASHION

harpersbazaar.ro

Facebook.com/harpers.bazaar.romania

Twitter.com/HarpersBazaarRO

N°5
L'EAU
CHANEL
PARIS
THE NEW N°5
CHANEL.COM #YOU KNOW ME AND YOU DONT